Hyg. o. 2 b.

R. B.

No 23

Gesundheits-Katechismus.

Wie das vorstehende Kind gekleidet ist, so sollten alle Kinder, sowohl männlichen, als weiblichen Geschlechts, vom Anfange des dritten, bis zum Ende des achten Jahrs, gekleidet seyn: in dieser freyen, weiten Kleidung, ohne Druck und Zwang, würde der Körper der Menschen gesünder, stärker, größer und auch schöner werden.

Gesundheits-Katechismus

zum Gebrauche

in den Schulen

und

beym häuslichen Unterrichte.

---

von

Bernhard Christoph Faust. D.

Gräfl. Schaumburg-Lippischem Hofrath und Leibarzt, der Kön. Märkischen Oekonom. Gesellschaft zu Potsdam, der Helvetischen Gesellsch. korrespond. Aerzte und Wundärzte, und der Kön. Churf. Landwirthschafts-Gesellsch. zu Celle Mitglied.

Für die Schul — Nachbesserungen 180

Mit 4 Holzschnitten.

Preiß 2 gGr. und in Lateinischer Sprache 3 gGr.

Achte, verbesserte und vermehrte Auflage.

Leipzig, 1800.
bey Paul Gotthelf Kummer.

BIBLIOTHECA
CIVITATIS
BAMBERGENSIS.

An die Schullehrer,

den Gebrauch des Gesundheits-Katechismus betreffend.

Das Amt, das Ihr, würdige Schullehrer, verwaltet, ist ein großes und ehrwürdiges Amt.

Die Kinder sollten in den Schulen (erheitert von körperlichen Spielen und Uebungen der Sinne im Freyen) die Mittel, vernünftige und sittliche Menschen zu werden (seine Muttersprache rein, richtig und gut sprechen, lesen und schreiben, und zählen, rechnen und messen), erlernen, und die Anfangs- oder Grund-Kenntnisse in den wichtigsten Angelegenheiten des Menschen sich erwerben.

Der Körper, das Leben und die Gesundheit sind dem Menschen die erste und nächste Angelegenheit.

Bey jedem Kinde, das die Mittel zum Vernünftigwerden erlernt hat, sollte daher in allen Schulen der Unterricht mit dem Körper seinen Anfang nehmen. Ueber die Gesundheit sollten alle Kinder in der Schule ausführlich und gründlich unterrichtet werden.

Und da dieses Buch nun lehrt, wie der Mensch von seiner Kindheit an leben und erzogen werden muß, um, so viel als möglich, gesund zu seyn, das, wie Sirach sagt, besser als Gold ist; so werdet ihr ja gewiß gern eure lieben (zwölfjährigen) Kinder daraus unterrichten: und da ihr als geschickte Schullehrer überzeugt seyd, daß das bloße Auswendiglernen der Antworten keinen Nutzen für die Kinder habe; so werdet ihr:

entweder, ohne die, in diesem Buche aus reiflich überlegten Gründen beybehaltene, Frag- und Antwort-Methode zu befolgen, den in diesem Katechismus enthaltenen Inbegriff der Gesundheits-Lehre durch einen, eurem mehr ausgebildeten Verstande angemesseneren freyen, mit Fragen an die Kinder untermischten oder beendigten, Vor-

trag dem Verstande der Kinder begreiflich zu machen, und ihrem Gedächtnisse einzuprägen suchen.

Oder, ihr werdet wohl etwa auf die folgende Art euren Unterricht anstellen.

1. Das Kapitel, worüber gelehrt werden soll, wird bald vom Lehrer, bald von zwey verständigen Kindern, die recht gut und deutlich lesen, und von denen das Eine die Fragen, das Andere die Antworten lieset, zuerst vorgelesen; und der Lehrer, der auf jeden zu ertheilenden Unterricht sich wird vorbereitet und den ganzen Inhalt dieses Buchs sich recht wird bekannt gemacht haben, erklärt alsdann den Inhalt, und die Wichtigkeit des vorgelesenen Kapitels im Ganzen und in allgemeinen Sätzen.

2. Der Lehrer nimmt jede Frage und Antwort der Reihe nach einzeln vor, und lieset sie noch einmahl recht deutlich ab. Er erklärt den Sinn und die Bedeutung der Wörter und der Gedanken, sowohl in der Frage, als in der Antwort. Alsdann löset er die Frage und Antwort, die oft aus mehreren Sätzen besteht, in einzelne und solche Sätze auf, die auch dem Verstande der Kinder leicht und begreiflich sind. Er unterredet sich mit seinen Kindern; und auf eine sinnliche Art, durch leichte, einfache, fortschreitende Fragen, bringt er die Kinder auf die Wahrheit und Lehre, die in der vorgelesenen Frage und Antwort enthalten ist. Eine Frage und Antwort muß aus der andern fließen, und die Kinder müssen selbst, mit ihrem Verstande, das, was wahr und gut ist, finden und begreifen. — Haben die Kinder die in der vorgelesenen Frage und Antwort enthaltene Wahrheit und Lehre gefunden und begriffen; so wird zur folgenden geschritten. Sind alle Fragen einzeln dem Verstande der Kinder begreiflich gemacht worden; so wird

3. das ganze Kapitel, der Reihe nach, den Kindern abgefragt. Verstehen die Kinder alle im Kapitel enthaltene Wahrheiten und Lehren; so wird

4. der jedesmahlige Unterricht allemahl mit Wiederhohlung des Gelernten und damit beschlossen, daß der Lehrer jedes Kind fragt: was es sich wohl heute daraus behalten?

ten? wobey dann Jedes etwas Besonderes sagen muß, was nicht von einem Andern schon vorgebracht ist; z. B. welches Kind wird nun das oder jenes Schädliche wohl noch thun? wolltet ihr das wohl nicht so machen? wolltet ihr das wohl nicht euren Aeltern und den Leuten in eurem Hause erzählen? was könntet ihr wohl schon dazu thun, daß dieß oder jenes so gemacht oder abgestellt würde, wie ihr hörtet, daß es recht sey? wüßtet ihr wohl Keinen, dem das nützlich wäre, was wir heute hatten, wenn ihr es ihm sagtet? was hast Du und Du dir vorgenommen, nun nach diesem Gelernten zu thun, oder zu lassen? u. s. w.

5. Die Schullehrer werden sich auch der vortrefflichen Schriften über die Gesundheit von **Collenbusch**, **Hufeland** und **Struve** bedienen.

6. Wenn z. B. Fieber, Blattern, Masern, Ruhren oder andere Krankheiten am Orte, oder in der Nähe herrschen; so wird das davon handelnde Kapitel vorzüglich und mehreremahle in der Schule abgehandelt.

7. Vier Tage in der Woche wird wohl jedesmahl eine Stunde über ein Kapitel dieses Buchs gelehrt; damit der ganze Gesundheits-Katechismus, wo möglich, zweymahl in einem Jahre durchgelehrt, und dem Verstande und dem Gedächtnisse der Kinder recht eingeprägt werde.

So, würdige Schullehrer, werdet ihr eure lieben Kinder unterrichten. Und thut ihr es treulich und gut: so werden der siechen und kranken Menschen auf Erden viel weniger werden; die Menschen und die künftigen Geschlechter werden gesünder und besser werden; und **Ihr habt Euch verdient um die Menschheit gemacht.**

Erste Abtheilung.

Von der Gesundheit.

I. Ueber Leben und Gesundheit, und von der Pflicht, sie zu erhalten, und die Menschen, vorzüglich die Kinder, darüber zu unterrichten.

1. Liebe Kinder! Athmen, leben in der Schöpfung Gottes; ist das etwas Gutes?

Ja; das Leben ist eine gute Gabe Gottes.

Ps. 150, 6. Alles, was Athem hat, lobe den Herrn!

Ps. 145, 16. Du, o Herr, erfüllst alles, was lebt, mit Wohlgefallen.

Ps. 36, 6. 9. Herr, deine Güte reichet, so weit der Himmel ist. Die Menschen werden erquickt von den reichen Gütern deines Hauses, und du tränkest sie mit Freuden, als mit einem Strome.

Ps. 136, 1. 8. 9. 25. Danket dem Herrn! denn er ist freundlich. Der die Sonne schuf, dem Tage vorzustehen; den Mond und die Sterne, der Nacht vorzustehen; der allem Fleische Speise giebt: denn seine Güte währet ewiglich.

2. a) Haben die Menschen das Leben auch lieb, und suchen sie es zu erhalten?

Ja, der Mensch, wie jedes Geschöpf, liebt das Leben, scheut den Tod, und sucht das Leben, auch bey den größten Schmerzen, zu erhalten.

2. b) *) Worin besteht das Leben des Menschen?

Im Thätigseyn.

*) Die in dieser vermehrten Auflage neu hinzugekommenen Fragen und Antworten sind mit den Buchstaben b, c, d u. s. w. bezeichnet.

2. c)

2. c) Worin besteht der Werth des Lebens?

Im regsamen Thätigseyn für das Wohl seiner selbst und seiner Nebenmenschen, und für das allgemeine Beste.

3. Wie muß der Körper des Menschen beschaffen seyn, wenn der Mensch vollkommen und lange leben soll?

Er muß gesund seyn.

4. a) Wodurch könnt ihr beweisen, daß der Mensch gesund seyn solle?

Durch die dem Menschen von der Natur gegebene Bestimmung, die Erde zu bearbeiten, und durch Arbeit sich sein Brod zu verdienen.

Im Schweiße deines Angesichts sollst du dein Brod essen. 1 Mos. 3, 19.

4. b) Steht der gesunde Mensch von Seiten des Körpers in den richtigen Verhältnissen zu den Dingen außer ihm?

Ja; die Gesundheit setzt den Menschen in das richtige Verhältniß zu den Dingen außer ihm.

(Anmerkung. Kein Verhältniß hat zum Beyspiel das blinde Auge zum Lichte.)

5. Kann der Mensch an seinem Geiste vollkommen werden, wenn er versäumt, auch für seinen Körper und dessen Ausbildung zu sorgen?

Nein; die Seele und der Körper sind so innig mit einander verbunden, daß durch eine vernünftige Sorge für den Körper auch die Ausbildung und die Vollkommenheit der Seelenkräfte befördert wird.

6. a) Was versteht man unter Gesundseyn?

Daß der Körper, ohne Fehler und Schmerzen, alle seine Verrichtungen frey und leicht ausübe, und daß er der Seele, als seinem Meister, zu Gebot stehe.

6. b) Wenn der Körper und seine Theile, zum Beyspiel, Hände, Füße, Hirn, Lungen, Magen, gesund sind, werden sie alsdann von dem Menschen innerlich gefühlt?

Nein; der gesunde Mensch fühlt seinen Körper und

dessen Theile nicht, und er weiß kaum, daß er einen Körper habe.

7. Wie fühlt sich der Gesunde?

Der Gesunde fühlt sich stark, voll Leben und Kraft; es schmeckt ihm Essen und Trinken; er kann Wind und Wetter ertragen; die Bewegung, oder die Arbeit wird ihm nicht sauer; und es ist ihm gar wohl.

8. Wie fühlt sich im Gegentheil der Kranke, und ist es ihm auch wohl?

Nein, es ist ihm nicht wohl: der Kranke fühlt sich schwach, matt und kraftlos; das Essen schmeckt ihm nicht; er kann nicht Wind und Wetter ertragen; er kann nicht arbeiten, er hat Schmerzen oder Angst; und der Freuden seines Lebens sind nur wenige.

9. Könnt ihr Kinder frohseyn und lachen, scherzen und springen, essen und schlafen, wenn ihr krank seyd?

Nein; das können wir nur, wann wir gesund sind.

Anm. Findet sich ein Kind in der Schule, das vor nicht langer Zeit einige Tage oder Wochen krank gewesen ist, so frägt es der Lehrer über seine während der Krankheit gehabten Empfindungen; vergleicht sie mit seinem jetzigen Wohlbefinden; und läßt das Kind daraus einen bestimmt angegebenen Schluß über den großen Werth der Gesundheit ziehen.

10. a) Was sagt Sirach von dem Gesundseyn?

Im 30ten Kap. v. 14 bis 16. sagt er: es ist besser, einer sey arm und dabey frisch und gesund, denn reich und ungesund. Gesund und Frischseyn ist besser, denn Gold; und ein gesunder Leib ist besser, denn groß Gut. Es ist kein Reichthum zu vergleichen einem gesunden Leibe, und keine Freude des Herzens Freude gleich.

10. b) Wodurch unterscheidet sich die Gesundheit von den Gütern der Erde?

Die Gesundheit liegt nicht, wie die Güter der Erde, außerhalb, sondern innerhalb des Menschen, und sie ist ihm immer gegenwärtig.

10. c) Warum hat die Gesundheit den Vorzug vor Gold und den Gütern der Erde?

Weil die Gesundheit dem Menschen unmittelbar und von innen jeden Augenblick Wohlseyn reicht.

10. d) Ist die Summe des Wohlseyns, die der Mensch in seinem Leben durch die Gesundheit genießt, groß?

Ja, die Gesundheit gewährt dem Menschen unzählige Augenblicke Wohlseyn.

10. e) Und wodurch wird der Mensch des Wohlseyns, dessen er während seines Lebens genießt und in unaussprechlicher Menge genossen hat, sich dankbar bewußt?

Durch Thätigkeit, Arbeit und Mühe; durch diese füllt der Mensch den Raum des Lebens, und diese hinterlassen ihm Zeichen, bey denen er dankbar sich seines Lebens erinnert und erfreut.

11. Ist der Werth der Gesundheit also sehr groß?

Ja; die Gesundheit ist an und für sich das kostbarste Gut; sie gewährt dem Menschen Wohlseyn; und sie macht ihn geschickt zum Genusse aller Güter und Freuden des Lebens.

12. Kann nicht auch der kranke und sieche Mensch die Güter und die Freuden des Lebens genießen?

Nein, er kann sie nicht genießen.

13. Was helfen dem Menschen alle Güter und Freuden des Lebens, wann er krank ist und sie nicht genießen kann?

Sie helfen ihm wenig, oder nichts.

---

14. Da die Gesundheit das schätzbarste Gut des Lebens ist: welche Pflicht hat der Mensch in Ansehung ihrer gegen sich selbst?

Er sollte seine Gesundheit zu erhalten suchen.

15. a) Welche Pflicht hat der Mensch gegen seine Nebenmenschen in Rücksicht ihrer Gesundheit und ihres Lebens?

Der Gesundheit und dem Leben seiner Nebenmenschen

schen nicht zu schaden; und seine Nebenmenschen mit dem Gifte ansteckender Krankheiten nicht anzustecken.

15. b) Geschieht es oft, daß ein Mensch den andern mit Krankheiten ansteckt und um Gesundheit und Leben bringt?

Ja, es geschieht täglich; und dadurch, daß ein Mensch den andern ansteckt, werden unzählige Menschen, oft tödtlich, krank gemacht.

(Anm. Wohl die Hälfte aller unserer jetzigen Krankheiten entsteht durch Ansteckung; und einzig von den Blattern oder Pocken werden jährlich in Deutschland gegen fünfmahl hundert tausend (500,000) Menschen angesteckt und krank gemacht und siebenzig tausend (70,000) getödtet.)

16. Und was sind Aeltern ihren Kindern in Absicht des Lebens und der Gesundheit schuldig?

Sie sind schuldig, die größte Sorge auf die Erhaltung des Lebens und der Gesundheit ihrer Kinder zu verwenden.

17. Erfüllen die Menschen diese Pflichten?

Nein, sie erfüllen sie selten.

18. Warum erfüllen sie diese Pflichten selten?

1. Weil die mehrsten Menschen nicht genug Achtung für sich selbst, die Ihrigen und ihre Nebenmenschen haben.

2. Weil die mehrsten den unschätzbaren Werth der Gesundheit nicht deutlich oder zu spät erkennen.

3. Weil sie unbekannt mit dem Baue, der Natur, den Rechten und Gesetzen des menschlichen Körpers sind.

4. Weil sie nicht wissen, was der Gesundheit nützlich oder schädlich ist.

19. Woher kommt diese Unwissenheit der Menschen?

Weil sie nicht sind unterrichtet worden.

20. Da Gott aber will, daß allen Menschen geholfen werde: sollten die Menschen aus ihrer Unwissenheit zur Erkenntniß der Wahrheit gebracht werden?

Ja, es wäre recht, gut und Pflicht, alle Menschen, und vorzüglich die Kinder, von der Beschaffenheit des menschlichen Körpers und von der Erhaltung der Gesundheit zu unterrichten.

(Historische Nachricht. Dieser Gesundheits-Katechismus, der im Jahr 1792 als Entwurf erschien, und von dem wohl mehr als Ein hundert funfzig tausend Exemplare sind verkauft worden, wurde in die holländische, dänische, böhmische, ungarische, englische, mährische, schwedische, polnische, lettische, slawackische und lateinische Sprache übersetzt, und in vielen Schulen als Lehrbuch eingeführt.)

21. Ist es also eure Schuldigkeit, alle Aufmerksamkeit auf den Unterricht zu verwenden, den ihr jezt über das wichtigste Gut des Lebens erhalten werdet?

Ja, wir sollten alle Aufmerksamkeit darauf verwenden, und ihn zu verstehen und zu behalten suchen.

22. Ist es genug, daß ihr diesen Unterricht mit dem Verstande begreifet, und im Gedächtnisse behaltet?

Nein; wir sollten ihn auch im Leben befolgen.

II. Von der Lebensdauer und den Kennzeichen der Gesundheit.

23. Sollte der Mensch lange leben?

Ja; das Leben ist eine gute Gabe Gottes; und deswegen sollte der Mensch eine lange Zeit, bis zu einem hohen Alter, leben.

24. Was hat Gott, als die größte Belohnung auf Erden, demjenigen verheißen, der Vater und Mutter ehrt, und seine Gebote hält?

Auf daß dir's wohlgehe, und du lange lebest auf Erden.

25. Sollte der Mensch auch eine lange Zeit gesund seyn?

Ja, er sollte das ganze lange Leben hindurch auch gesund und wohl seyn.

26. Wie nennt man denjenigen Menschen, der nur bisweilen geringe Beschwerden und bald vorübergehende Krankheiten erlitt, im ganzen übrigen Leben aber gesund und wohl war?

Einen gesunden Menschen.

27. a) Wie nennt man denjenigen Menschen, der nicht allein schwach ist, sondern auch einen großen Theil des Lebens ungesund und krank verlebt?

Einen ungesunden Menschen.

27. b) Worauf beruht größtentheils die gute Gesundheit und die lange Lebensdauer des Menschen?

Von der Natur einen gesunden, dauerhaften Körper zu haben, und von einem Geschlechte gesunder, langlebender Menschen abzustammen: darauf beruht gewöhnlich die gute Gesundheit und auch oft das lange Leben des Menschen.

28. Aus welchen Zeichen erkennt man die ausdauernde Gesundheit des Menschen im männlichen Alter?

Wenn er frisch und wohl aussieht, und alle seine Sinne gut und scharf sind; wenn er stark an Knochen, Fleisch und Kräften ist; wenn er große Adern und vieles Blut hat; wenn seine Brust groß und hoch ist, und ohne langwierigen Husten langsam und frey athmet; wenn er gute Zähne hat, *) mit Hunger ißt und zugleich gut verdaut; wenn er leicht und anhaltend sich bewegen und arbeiten kann; wenn er ruhig und fest schläft; und überhaupt sich munter und wohl befindet.

*) Durch Speisen muß der Körper ernährt und erhalten werden. Alle Nahrungsmittel sollten verhältnißmäßig zu der Zahl und Stärke der Zähne feste Körper seyn. Die Zähne dienen vorzüglich zum Kauen; und da vom Kauen der festen Speisen mit dem Speichel zu einem weichen Breye und einer süßen Milch die Verdauung, und folglich auch die Ernährung, die Gesund-

Gesundheit, die Stärke und das Wohlseyn des Menschen zum großen Theil abhängt; so muß der gesunde Mensch auch gesunde, vollzählige Zähne haben.

29. Im jugendlichen Alter hat der Mensch leicht den Schein der Gesundheit; kann man sich auf diesen Schein verlassen?

Nein, der jugendliche Schein der Gesundheit ist trüglich.

30. a) Was sollte man daher thun, um mit mehrerer Gewißheit zu erkennen, ob der im jugendlichen Alter scheinbar gesunde Mensch auch wirklich gesund sey?

Man sollte auf den Körper und die Gesundheit der Aeltern sehen, von denen der Mensch abstammt.

(Art läßt nicht von Art; wie der Stamm, so die Frucht; und der Apfel fällt nicht weit vom Stamme.)

30. b) Pflegen denn die Kinder ihren Aeltern sowohl am Körper, als in der Gesundheit zu gleichen?

Ja, in den mehrsten Fällen findet man die größte Aehnlichkeit zwischen dem Körper und der Gesundheit der Kinder und ihrer Aeltern.

(Man kann, wie 1 Mos. 2, 23. von den Kindern sagen: daß sie Bein vom Beine, und Fleisch vom Fleische ihrer Aeltern sind.)

30. c) Findet man oft auch Aehnlichkeit in ihren körperlichen Fehlern und Mängeln und in ihren Krankheiten?

Ja, die Kinder haben sehr häufig die nämlichen Fehler und Mängel, wie ihre Aeltern; und sie verfallen sehr oft mit der Zeit in die Krankheiten ihrer Aeltern.

30. d) Welche Fehler und Krankheiten, die nicht durch zufällige Ursachen entstanden waren, sondern in dem inneren Baue oder dem Stoffe des Körpers der Aeltern und Voreltern ihren Grund hatten, pflanzen sich oft auf die Kinder fort?

Schwindsucht, Blutspeyen, fallende Sucht, Gicht, Gemüthskrankheiten, Wahnsinn, Krebs, Stein, schweres Gehör, Blindheit, frühes Verderben oder Ausfallen der Zähne, und manche andere Fehler und

Krankheiten der Aeltern und Voraltern pflanzen sich oft auf ihre Kinder fort.

31. a) Wie sollten also die Aeltern eines gesunden Menschen beschaffen seyn?

Sowohl der Vater, als die Mutter sollten, ohne Fehler, Gebrechen und Krankheiten, gesund, stark und rüstig seyn; und beyde, Vater und Mutter, sollten die Anlage zu einem hohen Alter haben.

31. b) Warum die Anlage zu einem hohen Alter?

Weil man findet, daß diejenigen Menschen, die ein hohes Alter erreichten, gewöhnlich von langlebenden Aeltern abstammten.

(Anm. Benjamin Franklin's Großvater wurde 104, sein Vater 87, seine Mutter 85, und er 84 Jahre alt. Dieser im Gedächtniß der Menschen unsterbliche Mann, der die Blitzableiter erfand, erinnerte von seinen Aeltern, daß sie arbeitsame und tugendhafte Menschen gewesen wären.)

32. Sollte man auch auf die Tugend der Aeltern sehen?

Ja; denn man findet mehrentheils in den Kindern die Tugend ihres Vaters und ihrer Mutter; und tugendhafte Aeltern pflegen durch ihr Beyspiel ihre Kinder zu allem Guten zu erziehen.

(Ein weiser Mann sagte: „Eine große Mitgift der „Kinder ist die Tugend ihrer Aeltern.")

33. Wie sollten also die Aeltern beschaffen seyn, die sich tugendhafte, gesunde Kinder wünschen?

Sie sollten selbst tugendhaft und gesund seyn.

III. Von der Beschaffenheit des menschlichen Körpers.

34. Wie ist der Körper des Menschen gebaut?

Er ist mit unendlicher Weisheit und Güte auf das künstlichste und vollkommenste gebaut.

(Anm.

(Anm. Aus Thilow's Anatomie (1 Rthlr. 12 ggr.), Collenbusch's Gesundheitslehre, oder Lehmann's Abriß (21 ggr.) sollten die Kinder in den Schulen über den Bau des menschlichen Körpers unterrichtet werden.)

35. Mit welcher Kraft hat Gott diesen auf das künstlichste und vollkommenste gebauten Körper ausgerüstet?

Mit der größten und wirksamsten, auf Leben und Wohlseyn abzielenden Kraft: **erstlich** das Leben und die Gesundheit des Körpers zu erhalten und auszubilden; und **zweytens** die verlorne Gesundheit wieder herzustellen, oder den erlittenen Schaden zu heilen.

36. Wie nennt man diese Kraft des menschlichen Körpers?

Lebenskraft.

37. Kann bey dieser großen, erhaltenden Lebenskraft der Körper und die Gesundheit leicht Schaden leiden?

Nein; der gesunde und zugleich starke Mensch leidet in vielen Fällen nicht leicht Schaden.

38. Da wir aber doch so viele Menschen ungesund und krank sehen, welche Ursache muß da wohl vorzüglich zum Grunde liegen?

Schwäche, oder Mangel an reiner Lebens-Kraft.

39. Ist diese Schwäche und Gebrechlichkeit natürlich?

Nein; von Natur sind die Menschen nicht allein gesund, sondern auch stark, voll Leben und Wohlseyn.

40. a) Wie haben sie sich diese Schwäche zugezogen?

Größtentheils durch ihre eigne Schuld, oder Unwissenheit: und daß der Körper so vieler Menschen in der Kindheit und Jugend, statt ausgebildet zu werden, vernachlässiget und verderbt wurde.

40. b) Wendete man bis jezt nicht genug Sorgfalt auf die körperliche Erziehung der Kinder?

Nein; man verwendete gewöhnlich wenige oder keine Sorge auf den Körper und seine Ausbildung in der Kindheit.

41. Giebt es nicht auch noch eine andere vorzügliche Ursache, daß die Menschen so schwach sind?

Ja; die Schwäche der Menschen hat von Geschlecht zu Geschlecht fortgeerbt und zugenommen.

42. Was müßten die Menschen also vorzüglich zu erlangen suchen, um Krankheiten weniger ausgesetzt zu seyn?

Sie müßten suchen, wieder stark zu werden.

(Anm. Unter Stärke muß man keine rohe, sondern eine gebildete Stärke, wo der gesunde Körper geübt, geschmeidig und von Leben und Wohlseyn durchdrungen ist, verstehen.)

43. Wodurch könnten die kommenden Geschlechter wieder gesund und stark werden?

Vorzüglich und am mehrsten dadurch, daß die Menschen in den Jahren ihrer Kindheit und Jugend am Körper recht vernünftig erzogen, und daß alle die großen, im menschlichen Körper liegenden Kräfte durch ihren Gebrauch und ihre Uebung vollkommen entwickelt, und ausgebildet würden.

44. Durch welche Ursachen kann der gesunde, starke Körper vornehmlich Schaden leiden und krank werden?

Durch üble Erziehung und Lebensart; durch Einathmen schlechter und verdorbener Luft, durch Unreinlichkeit, durch Unmäßigkeit im Essen und Trinken, durch ungesunde Speisen und hitzige Getränke, durch zu anhaltend starke oder zu wenige Bewegung, durch Erhitzungen und Erkältungen, durch Kummer, Sorgen und Elend, und durch manche andere Ursachen kann der Körper Schaden leiden und der Mensch krank werden.

IV. Von der Wartung und Pflege kleiner Kinder. *)

*) Die Mütter werden wohlthun, wenn sie dieses Kapitel fleißig lesen und treulich befolgen.

45. Was

45. Was ist neben der Muttermilch dem kleinen, hülflosen Kinde das größte Bedürfniß?

Die Liebe und die Sorgfalt der Mutter.

46. Kann diese Liebe und Sorgfalt der Mutter durch andere Menschen ersetzt werden?

Nein; nichts kommt der mütterlichen Liebe gleich.

47. a) Warum bedarf es mütterlicher Liebe und Sorgfalt?

Weil das kleine Kind einer so mühsamen Wartung und Pflege, und einer so liebreichen Behandlung bedarf, daß nur die Mutter sie willig und gern erfüllt.

47. b) Jede Mutter, die nicht siech und krank ist, sollte ihr Kind selbst säugen. Wie lange sollte sie es säugen?

Neun, höchstens zwölf Monathe, oder bis das Kind in jeder Zahnlade zwey oder überhaupt vier Zähne hat.

(Daß manche Mütter ihre Kinder oft aus der Ursache, weil das Säugen ihnen so vieles und so großes Vergnügen gewährt, 2 bis 3 Jahre lang säugen, ist schädlich sowohl für die Mutter, als für das Kind. Kinder, die länger als ein Jahr saugen, werden weichlich und eigensinnig.)

47. c) Welche Lebensart sollten Mütter, die ihre Kinder stillen, führen?

Sie sollten ordentlich und vergnügt leben, Verdruß, Schrecken und Zorn meiden, sich sehr reinlich halten, sich viel bewegen, durch gute Speisen sich reichlich nähren, Wasser trinken und alles Weins und Brannteweins sich gänzlich enthalten.

47. d) Schadet es den Säuglingen, wenn ihre Mütter sich ärgern, erzürnen, erschrecken oder gar Branntewein trinken?

Ja, sie können dadurch in Krämpfe und Zuckungen verfallen.

48. Wie sollten kleine Kinder gewartet und gepflegt werden?

Sie sollten immer frische, reine Luft haben, beständig trocken und rein gehalten, und jedesmahl, so

bald sie sich unrein gemacht haben, gleich mit kaltem Wasser wieder rein gewaschen, und mit warmen Tüchern abgetrocknet werden.

49. a) Warum sollte dieß geschehen?

Weil die Kinder dann ruhig sind, nicht leicht wund werden, und recht wachsen und gedeihen.

49. b) Ist eine schlechte, verdorbene Luft und Unreinlichkeit den Kindern sehr schädlich?

Ja, durch schlechte Luft und Unreinlichkeit werden die kleinen Kinder unruhig, sie weinen und schreyen, verlieren ihre Gesundheit, werden krank, zehren aus, und sterben.

49. c) Wie sollten die Stuben, worin Kinder sich befinden, gehalten werden?

Man sollte die Kinderstuben, die ohne alle Dünste von Wasser, Oel oder von verunreinigten Windeln oder Betten seyn müssen, äußerst reinlich halten, sie an jedem Tage kehren und vielmahls lüften, und im Winter nicht zu warm erheitzen.

49. d) Ist es gut, kleine Kinder sehr warm zu halten?

Nein; man sollte sie durch locker umgeschlagene Windeln und leichte Decken mäßig warm halten, und die Kinder nicht zu nahe an warme Ofen bringen.

49. e) Sollte man die Kinder täglich über dem ganzen Körper waschen und oft auch baden?

Ja; die kleinen Kinder sollten, da sie viel schwitzen und sich oft verunreinigen, an jedem Tage über dem ganzen Körper, auch auf dem Kopfe, mit kaltem, reinen Wasser gewaschen, in jeder Woche einmahl lauwarm gebadet, und nach dem Waschen oder Baden mit warmen Tüchern gerieben und abgetrocknet werden.

49. f)

49. f) Ist dieses Reinhalten der Haut sehr nützlich?

Ja; das Waschen und Baden ist zur Gesundheit und zum Gedeihen der kleinen Kinder nothwendig. Ohne Reinlichkeit, die den Kindern halbe Nahrung ist, gedeihen sie nicht.

50. a) Ist es gut, daß man die kleinen Kinder wickelt?

Nein, das Wickeln ist den Kindern schädlich; es verursacht ihnen große Schmerzen; man kann sie nicht rein und trocken halten; und sie können ihre Gliedmassen nicht frey bewegen, welches doch so nützlich und nothwendig zum Gedeihen, zur Gesundheit und zum Wachsthume ihres Körpers ist.

50. b) Kann das Wickeln, weil es den Wachsthum der Brust verhindert, eine Ursache der vielen Schwindsuchten seyn?

Ja, das Wickeln kann darzu beytragen, daß so viele Menschen an der Schwindsucht sterben.

(Anm. Beym Wickeln pflegen auch manche Hebammen den neugebohrnen Kindern, besonders den Mädchen, die Brüste auszudrücken. Durch dieses Ausdrücken kann in der Folge der Brust-Krebs entstehen; man sollte es also allen Hebammen ernstlich verbieten.)

51. Ist das Wiegen der kleinen Kinder gut?

Nein; das Wiegen macht die Kinder betäubt, trunken und schwindlich, und schadet ihrer Gesundheit.

52. Ruhen und schlafen die Kinder, ohne daß man sie wiegt?

Ja; wenn die Kinder immer frische, reine Luft haben, trocken und rein gehalten, und in ihrer Ruhe nicht gestört werden; so ruhen und schlafen sie sanft; und das Wiegen ist ganz und gar unnöthig.

(Anm. Daß die Seele des Menschen, von seiner frühesten Kindheit an, durch Wiegen und zerstreuende Bewegungen in Unruhe gesetzt wird; ist sehr unrecht und schädlich. Wenn die Mutter liebreich und auf eine ruhige Art mit ihrem Kinde scherzt

scherzt und spielt, das Kind und seine zarten Glieder sanft und viel bewegt, und es ruhig mit den Dingen, die um es sind, bekannt macht; so trägt sie dadurch vieles zum künftigen Glücke ihres Kindes bey.)

53. Sollte man überhaupt ruhig mit Kindern verfahren?

Ja; man sollte ruhig mit ihnen verfahren.

54. Was ist daher sehr schlimm?

Wenn man vielen Lärmen um kleine Kinder verursacht; und noch viel schlimmer ist es, wenn man sie erschreckt, und furchtsam macht.

55. Darf man also Kinder nicht durch Furcht und Schrecken zur Ruhe zu bringen suchen?

Nein, durch das Einjagen von Furcht und Schrecken können Kinder in Krämpfe und Zuckungen verfallen.

56. Darf man den Kindern sogenannte beruhigende und schlafmachende Arzneyen, als Hausmittel, eingeben?

Nein, diese schlafmachenden Hausmittel sind sehr oft schädlich und gefährlich.

57. Um welche Zeit sollten in der Regel die kleinen Kinder neben der Muttermilch noch andere Nahrung bekommen?

Nicht zu früh, und wo möglich erst mit der zwanzigsten oder dreyßigsten Woche.

58. Welche Speisen sind den kleinen Kindern schädlich?

Mehlbreye, Pfann- und Eyerkuchen, und zähe, schwere, fette Speisen sind ihnen sehr schädlich.

59. Was schaden diese Speisen, besonders die Mehlbreye?

Diese unverdaulichen Speisen, besonders die Mehlbreye, verstopfen die Eingeweide; die Kinder bekommen dicke, harte Bäuche, werden krank und elend, zehren aus und können leicht sterben.

60. Welche Speisen sind den kleinen Kindern zuträglich?

Milch, leichte Milchspeisen und Suppen, und dünne, nicht fette, Breye von zerriebenen guten Brod-

rin-

rinden, gut ausgebacknem Semmel, oder Zwieback, die man mit bloßem Wasser, oder mit Wasser und Milch kochen, und oft frisch zubereiten muß, sind ihnen zuträglich.

61. a) Darf man den Kindern die Speisen vorkauen?

Nein; das Vorkauen ist ekelhaft und schädlich.

61. b) Darf man sie an Sauglappen saugen lassen?

Nein; es verursacht den Kindern Blähungen und Bauchgrimmen, und schadet ihrer Gesundheit.

61. c) Wenn die kleinen Kinder Speisen bekommen, sollte man ihnen alsdann auch zu trinken geben?

Ja, man sollte den kleinen Kindern, wenn sie Speisen bekommen, Hitze haben oder krank sind, auch zu trinken geben.

61. d) Und was zu trinken geben?

Kaltes reines, ungekochtes und unerwärmtes Wasser, nicht aber Bier, Kaffee, oder die schädlichen Kinderthee.

62. Was ist überhaupt bey dem Ernähren der Kinder vorzüglich zu beobachten?

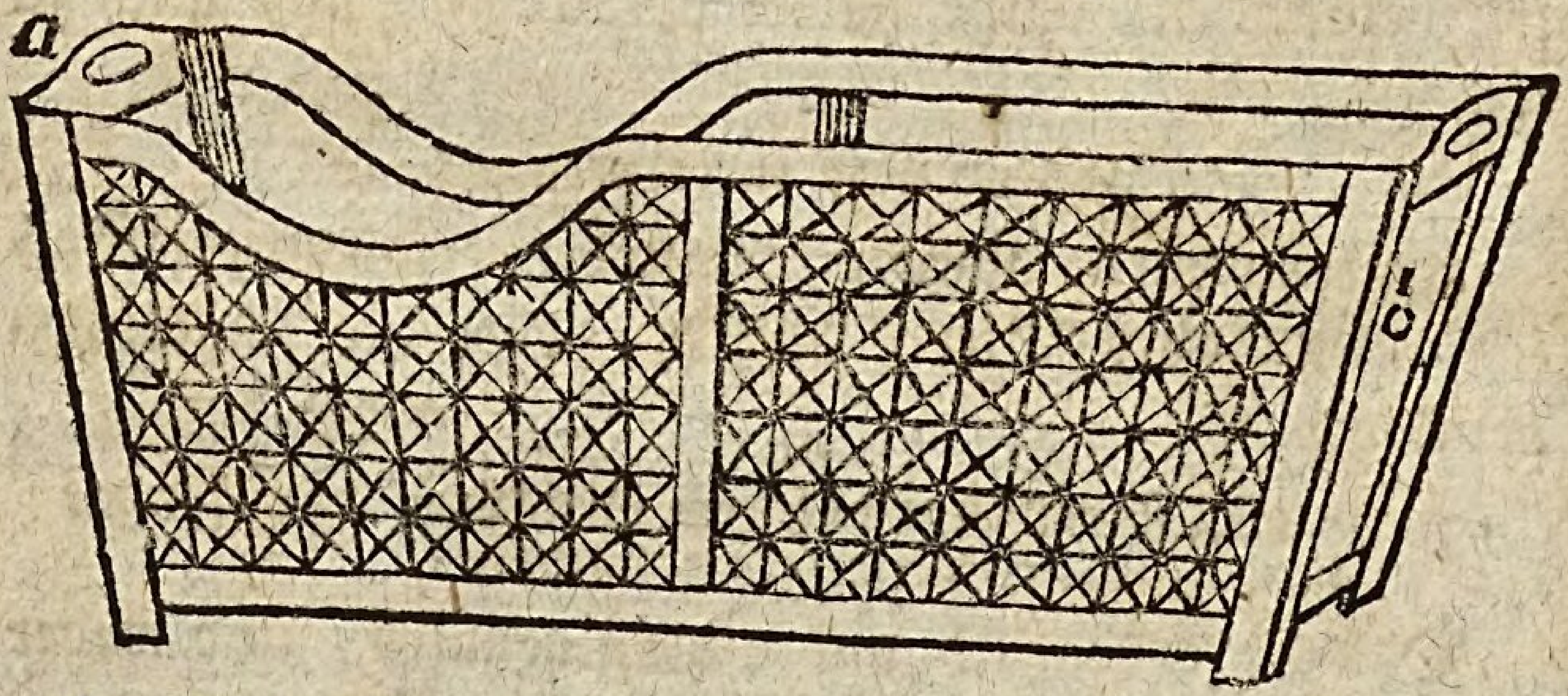
Daß sie ordentlich und mäßig genährt, und weder durch Milch, noch durch Speisen überfüttert werden: es darf daher Niemand den Kindern Speisen heimlich zustecken, oder außer der Zeit geben; sondern die Aeltern allein sollten die Nahrung ihrer Kinder ordentlich und zur gesetzten Zeit von selbst besorgen.

63. Thun liebreiche und sorgfältige Mütter wohl, wenn sie ihre kleinen Kinder zu sich ins Bette nehmen?

Nein; es ist gefährlich und schädlich; die Kinder sollten daher allein in ihrem eigenen Bette liegen.

In dem hierunter abgezeichneten Bett- und Trag-Körbchen sollten die Säuglinge, bis zum fünften oder sechsten Monate, ungewickelt, und in reine Tücher locker eingehüllt, auf einem dünnen

Bettchen von Pferdehaaren, und mit einer gesteppten, weichen Decke zugedeckt, Tag und Nacht, wachend und schlafend die größte Zeit liegen, ihre Gliedmaßen frey bewegen können, und täglich in freyer Luft herumgetragen werden. Das, von einem leichten, festen Holze (z. B. Birnbaumholz) verfertigte, Gestell (das der Reinlichkeit wegen überfirnißt wird) ist nach Pariser Maaß 4 Linien dick und 1 Zoll hoch oder breit; die vier Seitenwände und der Boden sind mit spanischem Rohr (oder Bindfaden) geflochten. (Das ganze Körbchen könnte auch von Weiden geflochten werden.) Oben ist das Körbchen 2 Fuß lang und 1 Fuß breit; unten 1 Fuß 9 Zoll lang und 9 Zoll breit; hoch 8 Zoll 6 Linien; die Fußstollen sind außerdem noch 1 Zoll hoch. Der Ausschnitt an jeder langen Seite, 6 Zoll lang und 2 Zoll tief, dient den Säugling im Körbchen säugen zu können. Mit einem Riemen 1 1/2 Zoll breit und 5 Fuß lang, der in die zwey Handgrifflöcher bey a und b eingeschnallt wird, und bald über die rechte, bald über die linke Schulter läuft, wird das leichte Körbchen (es wiegt 2 1/2 Pfund) bald unter dem linken, bald unter dem rechten Arme leicht und sicher getragen.



64. Was sollte man beym Tragen der kleinen Kinder auf dem Arme beobachten?

Man sollte sie nicht den ganzen Tag und nicht über Ein Jahr lang, wenig im Hause, viel in der freyen Luft, bald auf dem rechten, bald auf dem linken Arme tragen, und sie Unerwachsenen zum Tragen nicht anvertrauen.

65. Ist es gut, daß man den kleinen Kindern den Kopf bedeckt?

Nein; die Mützen verunstalten die Kinder, sie schützen nicht vor Beschädigungen, und die Kinder bekom-

kommen durch die Mützen eine schmierige Borke und Grind auf den Kopf.

(Anm. Von der Geburt an muß der Kopf der Kinder bloß und unbedeckt seyn. Die Mütter werden finden, wenn sie, wäre es auch in einer kalten Winternacht, die Hand auf den Kopf der kleinsten Kinder legen, daß derselbe immer warm, nie kalt, ist; und also keiner Bedeckung bedarf.)

66. Kinder sehen nach allen Gegenständen und vorzüglich nach dem Lichte, was sollte man dabey beobachten?

Man sollte sie in den ersten vierzehn Tagen vor hellem Lichte, welches ihren Augen sehr schädlich ist, bewahren, und sie nachher gerade nach dem Lichte sehen lassen, nicht aber von der Seite, sonst lernen sie schielen.

67. Wodurch werden die kleinen Kinder zu Krämpfen und Zuckungen geneigt?

Durch schlechte Luft, Unreinlichkeit, Kopfbedeckungen, Mehlbreye, und wenn die Mütter ihre Kinder länger, als ein Jahr, säugen und keine gute Lebensordnung beym Säugen führen.

*) Daß das häufige Kranksein der kleinen Kinder während des Zahnens vom Durchbruche der Zähne herrühre, ist, wie der Leibarzt Wichmann vortrefflich erwiesen hat, sehr selten oder niemahls wahr; es liegen fast immer die angeführten Ursachen zum Grunde. Das Zahnen ist keine Krankheit.

68. a) Wenn Kinder anfangen wollen, zu gehen, was sollte man dabey beobachten?

Man sollte sie weder durch Gängelbänder, noch durch Laufstühle oder Laufwägen, durch welche sie krumm und schief werden können, gehen lehren; sondern man sollte die Kinder kriechen und das Gehen von selbst und durch Führen an beyden Armen lernen lassen.

68. b) Was erschwert den Kindern das Gehenlernen?

Die harten Sohlen der oft engen Schuhe, die den Gang der kleinen Kinder unsicher und gleitend machen.

69. Welches sind die vorzüglichsten Ursachen, daß der vierte Theil der Kinder in den ersten zwey Jahren des Lebens stirbt?

Verdorbene, schlechte Luft, Unreinlichkeit, schlechte, unverdauliche Speisen, besonders Mehlbreye, und Kummer und Elend sind die Ursachen, daß so sehr viele Kinder so früh sterben.

(Anm. Jede verständige Mutter lese: Crusius von den Mitteln Kinder zu gesunden Menschen zu erziehen; Hufeland guter Rath an Mütter über die wichtigsten Punkte der physischen Erziehung der Kinder in den ersten Jahren; Struve über die Erziehung und Behandlung der Kinder in den ersten Lebensjahren; Wurzer Versuch über die physische Erziehung der Kinder.)

Vom Sprechen lernen.

70. a) Sollte der Mensch gut sprechen?

Ja; durch die Sprache unterscheidet sich der Mensch von den Thieren; und je vollkommener der Mensch spricht, desto höher kann er sich über die Thiere erheben.

70. b) Sprechen die Menschen gewöhnlich gut?

Nein, sie sprechen gewöhnlich nicht gut.

70. c) Warum haben sie nicht gelernt, gut zu sprechen?

Weil sie in ihrer Kindheit schlecht, oder durch Zahnlücken und verstopfte Nasen viel sprechen hörten, und im gut sprechen nicht geübt wurden.

70. d) Zu welcher Zeit sollte der erste Grund zu einer guten Sprache gelegt werden?

Von der Mitte oder dem Ende des zweyten bis zum Ende des fünften Jahrs, wo das Kind durch das Ausfallen der Milchzähne noch keine Zahnlücken hat, und einer guten Aussprache fähig ist.

(Anm.

(Anm. Da die Kinder zur Zeit des gewöhnlichen Lesenlernens durch das Ausfallen der Milchzähne Zahnlücken haben; so lernen sie oft für das ganze Leben nicht allein schlecht und schwer lesen, sondern auch schlecht und undeutlich sprechen, und alles Lernen wird ihnen so schwer! Ehe die Kinder förmlich lesen lernten, sollten sie vorher ihre 8 vordern oder Schneide-Milchzähne verwechselt haben.)

70. e) Von wem sollte das Kind sprechen lernen?

Von seinen Aeltern und Angehörigen, von Kindern und vorzüglich von seiner Mutter.

(Wer sprechen lehrt, sollte keine Zahnlücken haben.)

70. f) Worauf sollte man beym Sprechen lehren und lernen vorzüglich achten?

Sowohl die Kinder, als die Aeltern sollten die Nase durch öfteres Putzen rein und unverstopft halten und sich angewöhnen, bey verschlossenem Munde immer durch die Nase Athem zu hohlen.

(Anm. Wenn man die Nasenlöcher zusammendrückt und spricht, so wird man hören, wie äußerst wichtig eine reine, offene, unverstopfte Nase zum Sprechen sey.)

Kurze Anweisung zum Sprechen lehren.

Die Aeltern sollten: 1) sich selbst einer guten, deutlichen, reinen, scharfen, lauten, volltönenden Sprache befleißigen und dem Kinde ein gutes Beyspiel geben; 2) das Kind mit vieler Geduld und es gerade ansehend, durch Lachen, Töne und das deutliche Vorsprechen leichter, kurzer Wörter im Lachen, in Tönen und einer guten Aussprache oft und spielend üben; 3) darauf achten, daß es in allen Wörtern keine Buchstaben oder Sylben auslasse, verschlucke oder abändere, und immer den richtigen Ton halte; 4) das Kind ermahnen: nicht schief oder unter sich blickend, sondern gerade in das Gesicht desjenigen zu sehen, mit dem es spricht; beym Sprechen Lippen, Zähne und Zunge gehörig zu öffnen und zu bewegen; nicht nachlässig, schwach, flisternd, schnarchend und faul, sondern achtsam, stark, laut, helle und vernehmlich zu sprechen; und 5) auf die Worte der Kinder, die sie schlecht oder undeutlich sprechen, gar nicht hören, oder sie besser und deutlicher sprechen lassen.

V. Von

V. Von der körperlichen Erziehung der Kinder *)

*) vom dritten, bis zum neunten, oder eigentlich zwölften Jahre. — Vom Anfange des dritten, bis zum Ende des sechsten Jahrs hat das Kind zwanzig Milch-Zähne. Die schwachen Milch-Zähne werden vom siebenten bis zum Ende des eilften Jahrs mit starken bleibenden Zähnen verwechselt. Im Anfange des zwölften Jahrs hat der Knabe und das Mädchen vier und zwanzig große, starke bleibende Zähne, und erst zu dieser Zeit, nachdem in den vorhergegangenen eilf Jahren der Körper, die Sinne und die Gesundheit zum größten Theil sind ausgebildet worden und der Verstand zugleich gereift ist, fangen die Seelenkräfte an, vernünftig und eines lehrreichen Unterrichts aus Büchern fähig zu werden.

71. Wenn der Mensch gesund und stark werden soll, was muß dann vorzüglich geschehen?

Er muß in seiner Kindheit und Jugend vernünftig erzogen werden.

72. Ist dieß sehr wichtig?

Ja; von einer vernünftigen Erziehung hängt zum großen Theil die Gesundheit, die Stärke und das Wohlseyn im ganzen übrigen Leben ab.

73. Was versteht man unter einer vernünftigen Erziehung?

Daß in den Jahren der Kindheit und Jugend alle Kräfte des Körpers und der Seele übereinstimmend mit der Natur des Menschen durch den Gebrauch und die Uebung derselben vollkommen entwickelt, und ausgebildet werden.

74. Was muß man also wissen und kennen, um den Menschen vernünftig erziehen zu können?

Die Natur und Ordnung, die Gott in den Menschen, in seinen Körper und seine Seele legte.

75. Was ist die Natur und Beschaffenheit des Menschen in den ersten eilf Jahren des Lebens?

1) Daß der Körper des Menschen wachse und sich bilde; 2) daß seine Seele den Körper gebrauchen, und durch die Sinne empfinden und erkennen lerne; 3) daß der Mensch, als Kind, in Gesellschaft mit Kindern, beschäftigt und froh sey; und 4) verständig werde.

76. Was sucht die Natur also vorzüglich in den Jahren der Kindheit zu bewirken?

Die Bildung des Körpers und der Sinne.

(Anm. Der Körper und die Sinne müssen eher oder früher, als die Seele und die Vernunft gebildet werden: und vor dem zwölften Jahre, so lange das Kind noch Milch-Zähne hat, muß die Erziehung fast einzig und allein auf den Körper und die Sinne gehen. Leider! hat man bis jezt diese körperliche und sinnliche Erziehung der Menschen in den Jahren der Kindheit vernachlässiget, und deßwegen sind die Menschen nicht allein am Körper, sondern auch am Geiste so schwach und unvollkommen.)

77. a) Trägt die Ausbildung des Körpers auch zur Vollkommenheit der Seelenkräfte und des Menschen bey?

Ja; je vollkommner der Körper ist, desto vollkommner können die Seelenkräfte werden, und desto mehr kann der Mensch seine und seiner Nebenmenschen Glückseligkeit und das gemeine Wohl befördern.

77. b) Was befördert den Wachsthum und die Ausbildung des Körpers?

Der Gebrauch und die Uebung des Körpers.

78. Kann die Seele den Körper gebrauchen, ohne es gelernt und sich geübt zu haben?

Nein; die Seele muß viele Jahre, die ganze Kindheit hindurch, sich üben, um den so vielfach zusammengesetzten Körper recht geschickt gebrauchen zu lernen.

(Durch ungefähr 440 Muskeln, die vermittelst einer noch viel größern Zahl Nerven von der Seele in stärkere oder schwächere Bewegung gesetzt werden, geschehen alle freywillige Bewegungen des Körpers: die Seele muß sich also viele Jahre, und

zwar in der Kindheit, wo sie ganz Leben und Thätigkeit, und wo der Körper weich und geschmeidig ist, üben, wenn sie die große Kunst lernen will, diese 440 Muskeln zu den unzählig mannigfaltigen Bewegungen des Körpers, wo oft Eine Bewegung durch die Zusammenwirkung von 10, 20 und mehreren Muskeln hervorgebracht wird, recht geschickt zu gebrauchen. Das Aufrecht-Stehen auf beyden Füßen wird von 130 bis 140 Muskeln bewirkt.)

79. a) Sind diese Uebungen dem Körper sehr nützlich?

Ja; wenn der gesunde Körper während der Kindheit in freyer Luft beständig bewegt und geübt wird: so wird er von Leben und Wohlseyn durchdrungen; und es wird dadurch der feste Grund zu einer dauerhaften Gesundheit und zu einem langen Leben gelegt.

79. b) Welchen großen Nutzen hätte also die Kindheit?

Die Kindheit, oder die ersten eilf Jahre des Lebens sollten vorzüglich darzu nützen, die im Körper liegende Gesundheit für das ganze Leben zu entwickeln, zu bilden und zu befestigen.

80. Was nützen dem Kinde die Empfindungen und Erkenntnisse, die seine Seele durch die Sinne empfängt?

Sie sind der Grund und Stoff zum Verstande, und je mehr und je deutlicher die Seele in der Kindheit gesehen, gehört und empfunden hat, desto verständiger und klüger kann der Mensch werden.

81. Welchen großen Nutzen hat es, daß die Kinder unter sich und in Gesellschaft mit vielen Kindern leben?

Die Kinder in Gesellschaft mit ihres Gleichen lernen sich einander kennen, messen, verstehen, helfen und lieben; und sie legen dadurch den Grund zur Eintracht und zum Frieden, zur Liebe und Freundschaft, zur Menschlichkeit und zum Glücke des Lebens.

82. a) Daß der Mensch, als Kind, in Gesellschaft mit Kindern beschäftigt, selbstthätig und froh sey, hat das auch Nutzen für das übrige Leben?

Ja, die geschäftige, frohe Selbstthätigkeit in der

Kind-

Kindheit macht den Menschen für sein ganzes Leben thätig, fleißig, geschickt, erfinderisch und arbeitsam.

82. b) Und sollten bey dieser Erziehung und den Lehren der verständigen Aeltern auch die Verstandeskräfte der Kinder sich recht entwickeln?

Ja; bey einer solchen Erziehung und den weisen Lehren der Aeltern können die Kinder recht verständig, klug und gut, und fähig eines nützlichen Unterrichts in Schulen und aus Büchern werden.

83. Wodurch werden alle diese weisen Absichten der Natur erreicht und befördert?

Durch freye Selbstthätigkeit, und durch beständige und leichte Uebungen des Körpers und der Sinne in täglicher Gesellschaft mit vielen Kindern.

84. a) Finden wir auch wirklich, daß dieß mit der Natur der Kinder übereinstimme?

Ja; Kinder sind ganz Leben und Thätigkeit, Sinn und Gefühl, Frohseyn und Lachen, und ihr größtes Vergnügen ist, in Gesellschaft mit Kindern zu leben.

84. b) Werden aber die Kinder unter sich und durch ihre Selbstthätigkeit sich nicht manchmahl Schmerzen und leichte Beschädigungen zuziehen?

Ja; da aber der Mensch in seinem Leben vielen Beschwerden, Schmerzen *) und Leiden ausgesetzt ist; so ist es gut, daß er sie in seiner Kindheit kennen und ertragen lerne.

*) Der Schmerz ist der erste Lehrer des Menschen: er macht den Menschen mit dem Uebel bekannt, und giebt ihm einen sinnlichen Begriff davon; er bewahrt ihn vor der Furcht und versieht ihn mit standhaftem Muthe; er lehrt ihn, Schmerz und Uebel, fürchtet er sie gleich nicht, zu meiden; und der Schmerz, der in der Kindheit gewöhnlich gering, bald vorübergehend und leicht erduldet und vergessen ist, macht den Menschen vorsichtig, mitleidig, beherzt und menschlich. Und deßwegen sollten liebreiche, aber auch vernünftige Aeltern ihre Kinder nicht so ängstlich vor jedem Schmerze, den sie durch freye Selbstthätigkeit und im gesellschaftlichen Umgange mit Kindern sich

oft und manchmahl zuziehen, und der ihnen so lehrreich und so heilsam ist, zu bewahren suchen. Auch nicht vor körperlichen Strafen. Einer der größten Freunde und Lehrer der Menschen sagte: „der Mensch, der den Schmerz nicht kennen „würde, würde weder das sanfte Theilnehmen der Menschlich„keit, noch die süße Empfindung des Mitleids kennen; sein „Herz würde durch nichts gerührt werden; er würde nicht ge„sellig seyn und für das menschliche Leben sich ganz und gar „nicht schicken."

84. c) Was lernt der Mensch durch den Schmerz?

Der Schmerz lehrt den Menschen, was das Uebel sey, er lehrt ihn Gutes und Böses erkennen und unterscheiden, und macht den Menschen vorsichtig, mitleidig, beherzt und menschlich.

84. d) Sollte der Mensch, der den Schmerz nicht hat kennen lernen, Theil an den Leiden seiner Mitmenschen nehmen, und ihnen zu helfen suchen?

Nein; wer nicht selbst erfahren hat, was Schmerz und Uebel sey, der weiß auch nicht, sich der Leiden seiner Mitmenschen zu erbarmen, und ihnen zu helfen.

84. e) Sollte die Gesellschaft der Kinder öffentlich seyn?

Ja, in freyer Luft und an bestimmten Plätzen sollten die Kinder täglich zusammenkommen und in öffentlicher Gesellschaft leben und spielen.

84. f) Und sollte Ordnung und Sittlichkeit darin herrschen?

Ja; die Kinder sollten selbst auf Ordnung halten, keinem Kinde, das nicht vorher gewaschen und gekämmt wäre, den Zutritt gestatten, keine Bosheiten und kein Schelten und Fluchen unter sich dulden, und die Aeltern und alle Menschen sollten ein wachsames Auge auf die Kinder haben.

85. Worin sollte also die körperliche Erziehung der Kinder vor dem zwölften Jahre vorzüglich bestehen?

Daß die Aeltern ihre Kinder zu jeder Jahrszeit in Gesellschaft mit Kindern und in freyer Luft froh und selbst-

selbstthätig seyn lassen, und daß sie ihnen Gelegenheit und Anleitung geben, Körper, Sinne und Seele zu gebrauchen, zu üben und zu bilden.

86. Sollten die Kinder weiblichen Geschlechts eben dieselbe körperliche Erziehung, als die Kinder männlichen Geschlechts, in der Kindheit erhalten?

Ja; denn sie sollten künftig, als Frauen, eben so gesund, als die Männer, und auch verständig seyn. *)

*) Und auch eben so sehr die Menschheit in sich ausgebildet haben. Daß das weibliche Geschlecht in der Kindheit vom männlichen Geschlechte getrennt, verschieden gekleidet, erzogen und unterrichtet, und von Leibesbewegungen ab- und zum Sitzen angehalten wird; das hat die nachtheiligsten Folgen auf die Gesundheit und das Wohl des Menschengeschlechts.

87. Wenn man die Kinder vor dem zwölften Jahre viel und anhaltend sitzen, und ihren Körper nicht gebrauchen und üben läßt, was geschieht alsdann?

So wachsen sie nicht recht, ihr Körper wird weder gesund, noch stark, sie bleiben auf ihr ganzes Leben schwach und werden oft siech und krank.

88. a) Was geschieht, wenn Kinder vor dem zwölften Jahre zu schwerer körperlichen Arbeit angehalten werden?

So werden sie frühzeitig steif, kraftlos und alt.

88. b) Wenn Kinder ihre Sinne nicht vielfältig gebrauchen und üben, welchen Nachtheil hat das?

So bekommen sie nicht vielen Verstand und Scharfsinn.

88. c) Wenn sie sehr viel in Stuben sitzen, faullenzen, und nicht selbstthätig und beschäftiget sind, was wird aus diesen Kindern?

Sie werden gewöhnlich nicht allein träge, faule und ungeschickte, sondern oft auch unverständige Menschen.

88. d) Und was wird aus ihnen, wenn sie nicht mit vielen Kindern in öffentlicher Gesellschaft leben?

So lernen sie nicht, sich und Andern zu helfen.

Von der Kinderzucht. *)

1. Das Gemüth des Menschen hat den größten Einfluß auf sein Leben und seine Gesundheit. Wir müssen also auch vom Gemüthe handeln. Wodurch wird der Grund zur Gemüthsart des Menschen gelegt?

Durch die Kinderzucht, oder die Art, wie der Mensch als Kind von seinen Aeltern behandelt und geachtet wurde.

2. Worin besteht die Kinderzucht?

In zwey Stücken: 1) daß die Kinder ihren Aeltern gehorchen; und 2) daß die Aeltern ihre Kinder nicht erzürnen.

Paulus an die Epheser 6, 1-4. Ihr Kinder seyd gehorsam euern Aeltern, denn das ist billig, und es heißt: du sollst deinen Vater und deine Mutter ehren, auf daß dir's wohlgehe und du lange lebest auf Erden. — Und ihr Aeltern reitzet eure Kinder nicht zum Zorne, sondern ziehet sie auf in der Zucht.

3. Was heißt seinen Aeltern gehorchen?

Aufmerksam auf die Worte seiner Aeltern hören, und, ohne Widerrede, augenblicklich das, was sie gebieten, thun, was sie verbieten, unterlassen.

4. Warum müssen die Kinder ihren Aeltern gehorchen?

Weil die Kinder unverständig sind und nicht wissen, was anständig, gut und sittlich ist; so müssen sie ihren Aeltern, von denen sie das Leben und alles Gute haben und gut erzogen werden sollen, gehorchen.

5. Ist es eine Pflicht der Aeltern, ihre Kinder gut zu erziehen?

Ja, die Aeltern sind schuldig, ihre Kinder zu Menschen, die sich selbst, ihren Nebenmenschen und der menschlichen Gesellschaft nützlich seyn können, zu erziehen.

6. Kann

*) Ein neues Kapitel.

6. Kann ein Kind, wenn es seinen Aeltern nicht gehorcht, gut erzogen werden?

Nein; ohne Gehorsam giebt es keine Erziehung.

7. Was nützt den Kindern der Gehorsam?

Kinder, die ihren Aeltern gehorchen, lernen, ihre Begierden und Lüste beherrschen und denselben entsagen, und sie werden dadurch Meister über sich selbst.

8. Ist es recht und gut, daß der Mensch als Kind durch den Gehorsam gegen seine Aeltern seine Begierden und Lüste bezähmen und denselben entsagen lerne?

Ja, das ist recht; denn wer als Kind, seinen Aeltern zu gehorchen, nicht gelernt hat, der lernt als Mann, oder Weib, und als Bürger auch der Pflicht, dem Recht und den Gesetzen nicht gehorchen: er folgt seinen Begierden und Lüsten, und ist in der bürgerlichen Gesellschaft ein wilder und ruchloser Mensch.

9. Möchtet ihr, Kinder, wenn ihr groß geworden seyd, wilde und ruchlose Menschen seyn?

Nein; wir wünschen sittliche, rechtliche und gute Menschen zu werden, die der Pflicht, dem Recht und den Gesetzen gehorchen.

10. Und wenn ihr das werden wollt, was müßt ihr thun?

Wir müssen Vater und Mutter gehorchen.

11. Und wann ihr Vater und Mutter gehorcht, so?

wird es uns wohlgehen, und wir werden lange leben auf Erden.

12. Das war recht geredet, meine lieben Kinder. Wie gewinnen Aeltern den Gehorsam ihrer Kinder?

Wenn sowohl der Vater, als die Mutter es sich zum Gesetze machen: 1) von ihrem gegebenen Worte niemahls im mindesten abzuweichen; 2) Abbitten und Versprechungen weder zu fordern, noch anzunehmen; und 3) jeden Ungehorsam, als ein Laster, zu bestrafen.

13. Ihr sagtet, daß das zweyte Stück der Kinderzucht darin bestehe, die Kinder nicht zu erzürnen. Wodurch werden die Kinder zum Zorne gereizt?

Wenn man Kindern 1) Unrecht thut; 2) ihnen ihre Freyheit und Selbstthätigkeit raubt; 3) sie von der frohen Gesellschaft der Kinder entfernt hält; 4) mit ihnen zankt und streitet; oder gar 5) sich soweit vergißt, die Kinder zu verachten, zu schmähen, zu schimpfen und zu schelten.

14. Warum ist das Verachten, Schmähen, Schimpfen, Schelten und Fluchen, dessen manche Aeltern sich schuldig machen, so sehr zu mißbilligen?

Weil dadurch die Würde und die Ehre der Menschheit im Kinde beleidiget und verderbt wird.

(Anm. Zu einem Kinde, das eine dumme, oder böse Handlung begangen hat, kann man wohl sagen: da hast du eine dumme, oder böse Handlung gethan; zu demselben aber sagen: du bist ein Dummkopf, oder Bösewicht, ist Schmähung, und verletzt die Menschheit.)

15. Was sollten also die Aeltern, die doch alle aus ihren Kindern sittliche, ehrenveste Menschen erziehen wollen, bey der Kinderzucht gänzlich vermeiden?

Sie sollten alles Verachtens, Schmähens, Schimpfens, Scheltens und Fluchens, welches Laster sind, sich nicht allein gegen ihre Kinder, sondern auch überhaupt gänzlich enthalten.

16. Wenn nun aber die Kinder nicht gehorcht, oder unverzeihliches Unrecht gethan haben, was sind die Aeltern, denen die Pflicht obliegt, ihre Kinder zu guten Menschen und Bürgern zu erziehen, zu thun schuldig?

Sie sind schuldig, das Kind, das ungehorsam gewesen ist, oder großes Unrecht gethan hat, zu strafen.

17. Und wie sollten sie das Kind strafen?

Sie sollten es, doch ohne den geringsten Nachtheil für die Gesundheit, am Körper, nicht aber an der Seele strafen, und nicht seine Menschheit beleidigen; denn das ist Unrecht.

(Ael-

(Aeltern, haltet die Menschheit eurer Kinder in Ehren! Der Mensch muß, um menschlich zu werden, den Schmerz kennen lernen. Die Kinder, zwischen 3 und 9, höchstens 12, Jahr alt, können ohne Schaden am Körper Schmerzen leiden; nicht aber ihre Menschheit Schande oder Verachtung.)

18. Sollten die Aeltern nach ertheilter Strafe das Kind mit Gewalt gehorchen, oder seinen Fehler aus Kleinmuth abbitten, oder Besserung aus Furcht leichtsinnig versprechen lassen?

Nein; mit der Strafe sollte alles geendigt und abgethan seyn, sonst leidet auch dadurch die Menschheit des Kindes.

19. Werden Aeltern, die ihren Kindern ihre rechtmäßige Freyheit und Selbstthätigkeit lassen und sich ihrer Spiele erfreun, oft in die Nothwendigkeit kommen, ihre Kinder zu strafen?

Nein; wenn die Kinder wissen, daß ihre Aeltern, die es sich so sauer für sie werden lassen und ihnen so viel Gutes thun, jeden Ungehorsam und jedes große Unrecht unfehlbar bestrafen, so lernen die Kinder bald gehorchen und auch Rechtthun, und sie bekommen wenige Strafen.

20. Worauf beruht also eine gute Kinderzucht?

Daß die Aeltern, auf ihr Wort, auf Recht und Ordnung haltend, jeden Ungehorsam, und jedes große Unrecht bestrafen, selbst Unrecht zu thun vermeiden, und den Kindern ihre Freyheit und Selbstthätigkeit lassen.

(Ermahnung. Aeltern! wollt ihr Freude und in euren alten Tagen Trost und Hülfe an euren Kindern erleben, so zieht sie auf in der Zucht und im Gehorsam. „Die Nachwelt, sagt „der weise Heinrich Pestalozzi, wird sie wieder suchen, die „heilige Furcht und den frommen Gehorsam, auf dem so „menschliche Früchte, zuverlässige Treue und Liebe, gedeihen".)

VI. Von der Kleidung der Kinder, sowohl männlichen als weiblichen Geschlechts *)

*) vom Anfange des dritten, bis zum Ende des achten Jahrs; — oder, bis zu der Zeit, wo in jeder der beyden Zahnladen die vordern, vier schwachen Milch-Zähne mit vier starken Bleibenden-Zähnen verwechselt sind.

89. a) Wodurch unterhält der Mensch die so wohlthätige Wärme seines Körpers?

Durch den hinreichenden Genuß von gesunden Nahrungsmitteln und durch körperliche Bewegung.

89. b) Wozu dient die Kleidung?

Den Körper gegen die rauhe Kälte des Himmelsstrichs oder der Jahrszeit zu schützen.

89. c) Dient sie auch zur Zierde des Menschen?

Im Grunde wohl nicht; und durch vielfache und zusammengesetzte Kleidungsstücke von vielen und bunten Farben wird die Schönheit des menschlichen Körpers oft entstellt und verunziert.

89. d) Welche Eigenschaft sollte jede Kleidung haben?

Jede Kleidung sollte einfach und rein seyn und die freyen Bewegungen des Körpers weder erschweren, noch verhindern.

90. Sollte der Körper der Kinder durch Kleider sehr warm gehalten und vor der Luft geschützt werden?

Nein, das sollte nicht geschehen.

91. Warum sollte das nicht geschehen?

Damit der Körper durch die Einwirkung der freyen, belebenden Luft gesund und stark werde, und nicht leicht in Erkältungen, Flüsse und Krankheiten verfalle.

92. Wie sollte der Kopf der Kinder gehalten werden?

Rein und kühl.

93. Ist es gut, daß man den Kindern durch Mützen und Hüte die Köpfe bedeckt und warm hält?

Nein, es ist nicht gut; durch die Haare ist der Kopf hinlänglich geschützt und erwärmt.

94. Schaden diese Kopfbedeckungen?

Ja; das übermäßige Warmhalten des Kopfs macht die Kinder dumm und einfältig; sie bekommen Ungeziefer und Grind, und oft auch Flüsse, Kopf-, Augen-, Ohren- und Zahnschmerzen.

95. Welche Mützen sind am schädlichsten?

Die warmen wollenen, und die Pelzmützen.

(Anm. J. L von Heß erzählt von einer genannten Gegend in Deutschland: „von fünf Menschen fand ich wenigstens Einen „taub. Sehr wahrscheinlich ziehen sie sich dieses Uebel durch „die heiße Bedeckung des Kopfes zu. Dieser ist Sommers und „Winters in Rauch- (oder Pelz-) werk gehüllt.")

96. Wie sollte der Kopf der Kinder gehalten werden?

Sowohl Knaben, als Mädchen, sollten in bloßem, unbedecktem Kopfe gehen, es sey Sommer oder Winter, Regen oder Sonnenschein, Tag oder Nacht.

97. Schaden aber Luft und Sonne nicht der Haut?

Nein; wenn die Haut sauber und rein gehalten wird, so bekömmt sie durch Luft und Sonne keine Flecken, sondern eine lebhafte, angenehme, bräunlichrothe Farbe.

98. a) Kann man bey unbedecktem Kopfe, wenn die Sonne darauf scheint, nicht einen Sonnenstich bekommen?

Nein; wer von Kindheit an gewöhnt ist, mit bloßem Kopfe zu gehen, der bekömmt keinen Sonnenstich.

98. b) Was nützen die Haare dem Kopfe?

Den Kopf in der gehörigen Wärme und Ausdünstung zu erhalten, und ihn vor Schaden zu schützen.

98. c) Haben sie noch einen andern großen Zweck?

Ja; die Haare geben dem Angesichte des Menschen

 durch

durch ihre mehr oder weniger dunklere Farbe Schatten; und sie heben dadurch das Licht und den Ausdruck des Gesichts, und die Wahrheit und die Würde des Menschen.

(Anm. Das schöne Bild des Kopfs eines Mannes mit seinem natürlichen Haar und seinem Barte; verglichen mit dem Bilde des nämlichen Mannes frisirt und gepudert und seinen Bart abgeschoren: würde Erstaunen erregen. Wie groß und erhaben wäre das erstere Bild!)

99. a) Wie sollten die Haare gehalten werden?

Sie sollten von der Stirne nicht zurück oder hinterwärts gekämmt, und nicht in einen Zopf gebunden werden; sondern rund und frey den Kopf umgeben, um ihn und die Stirne vor Schaden zu schützen.

99. b) Was schadet das Schmieren und Pudern der Haare?

Es verstopft die Ausdünstung des Kopfs und ist eine Ursache der vielen Kopf-, Augen-, Ohren- und Zahnschmerzen.

(Anm. Ohne Pomade und Puder würde die Kunst, die Haare zur Zierde zu locken, noch größer seyn.)

100. Sollten die Kinder ihre Haare oft kämmen?

Ja, sie sollten sie mehreremahle des Tages in Ordnung kämmen; das Ungeziefer wird dadurch verhütet, und das öftere Kämmen macht heiter und munter.

101. Die Hemdkragen und die Halsbinden drücken den Hals und seine Adern zusammen, ist das gut?

Nein, der Hals sollte gar nicht gedrückt werden; und Kinder müßten daher mit bloßem Halse gehen.

102. Wie sollte die Kleidung der Kinder beschaffen seyn?

Sie sollte die freye, leichte Bewegung des Körpers nicht erschweren, und den freyen Zutritt der belebenden, stärkenden Luft zum Körper nicht verhindern; sie sollte folglich frey, weit und offen seyn.

103. Was sollte sie weiter für Eigenschaften haben?

Sie sollte einfach, rein, leicht, kühl, wohlfeil, und leicht an- und abzulegen seyn; und diese Kinder-Kleidung sollte verschieden von der Kleidung älterer und erwachsener Menschen seyn.

104. Warum sollte die Kleidung der Kinder verschieden von der Kleidung älterer und erwachsener Menschen seyn?

Damit die Kinder unter sich, und als Kinder leben, den Erwachsenen sich nicht gleich achten, und nicht alles, was Erwachsene thun, nachahmen.

z. B. Tobackrauchen, Kaffee-, Wein- und Branntweintrinken.

105. a) Woraus sollte also die Kleidung der Kinder bestehen?

Aus einem weiten, schönfarbigen Kittel, der von Leinwand, baumwollenen oder wollenen Zeugen verfertiget wird, und aus einem Hemde von der nämlichen Gestalt.

105. b) Sollten die Aermel lang oder kurz seyn?

Am besten wäre es, wenn die Aermel nur bis zum Ellenbogen reichten; im Winter könnten sie aber wohl bis zur Hand reichen.

(Anm. Wie der Kittel oder die Kinder-Kleidung gestaltet seyn müsse, kann man aus dem Holzschnitte, der vor diesem Gesundh. Katech. steht, ersehen. Der Kittel muß nicht zu lang und weder um die Brust, noch um den Unterleib gegürtet seyn; er darf weder Seitenöffnungen, noch Taschen haben; seine Aermel sollten nur bis zu den Ellenbogen reichen; der zurückfallende Kragen des Hemdes muß über den Kragen des Kittels zurückgeschlagen werden; und der Körper muß unter dem Hemde und Kittel von keinen andern Kleidungsstücken bedeckt, sondern nackt und bloß seyn, damit die frische Luft frey den Körper umgeben und ihn stärken, und damit der Körper sich frey und leicht bewegen und sich vollkommen und schön entwickeln, wachsen und bilden könne.)

106. Tragen die Kinder diese Kleidung auch im Winter?

Ja; nur sollten sie alsdann entweder einen Kittel

von wollenen Zeugen, oder zwischen dem leinenen Kittel und dem Hemde einen wollenen Unterkittel tragen.

107. Wie sollten die Strümpfe der Kinder gestaltet seyn?

Sie sollten nicht über die Kniee gehen, und sie dürfen mit keinen Strumpfbändern gebunden werden; am besten aber wäre es, wenn die Kinder, wenigstens im Sommer, ganz und gar keine Strümpfe trügen.

(Anm. Die Strümpfe der Kinder dürfen weder die Kniee bedecken, noch darüber gebunden werden, sonst bekommen die Kinder dicke Kniee, und manchmal Schäden und Schwämme der Kniee, die sehr gefährlich sind.)

108. Werden die Kinder nicht an den Unterschenkeln frieren, wenn sie keine Strümpfe tragen?

Nein; denn sie frieren ja nicht an den bloßen Vorderarmen; und durch die Luft werden die Unterschenkel und die Waden stark, und durch das Hemd und den Kittel sind sie hinlänglich erwärmt.

(Anm. In England tragen die Kinder gewöhnlich keine Strümpfe. Warum nicht auch in andern Ländern?)

109. Wie ist der Fuß des Menschen gestaltet?

Er ist vorn an den Zähen breit und schräg, hinten an der Ferse schmal, und die innere Seite ist länger als die äußere.

110. Warum hat der Fuß diese Gestalt?

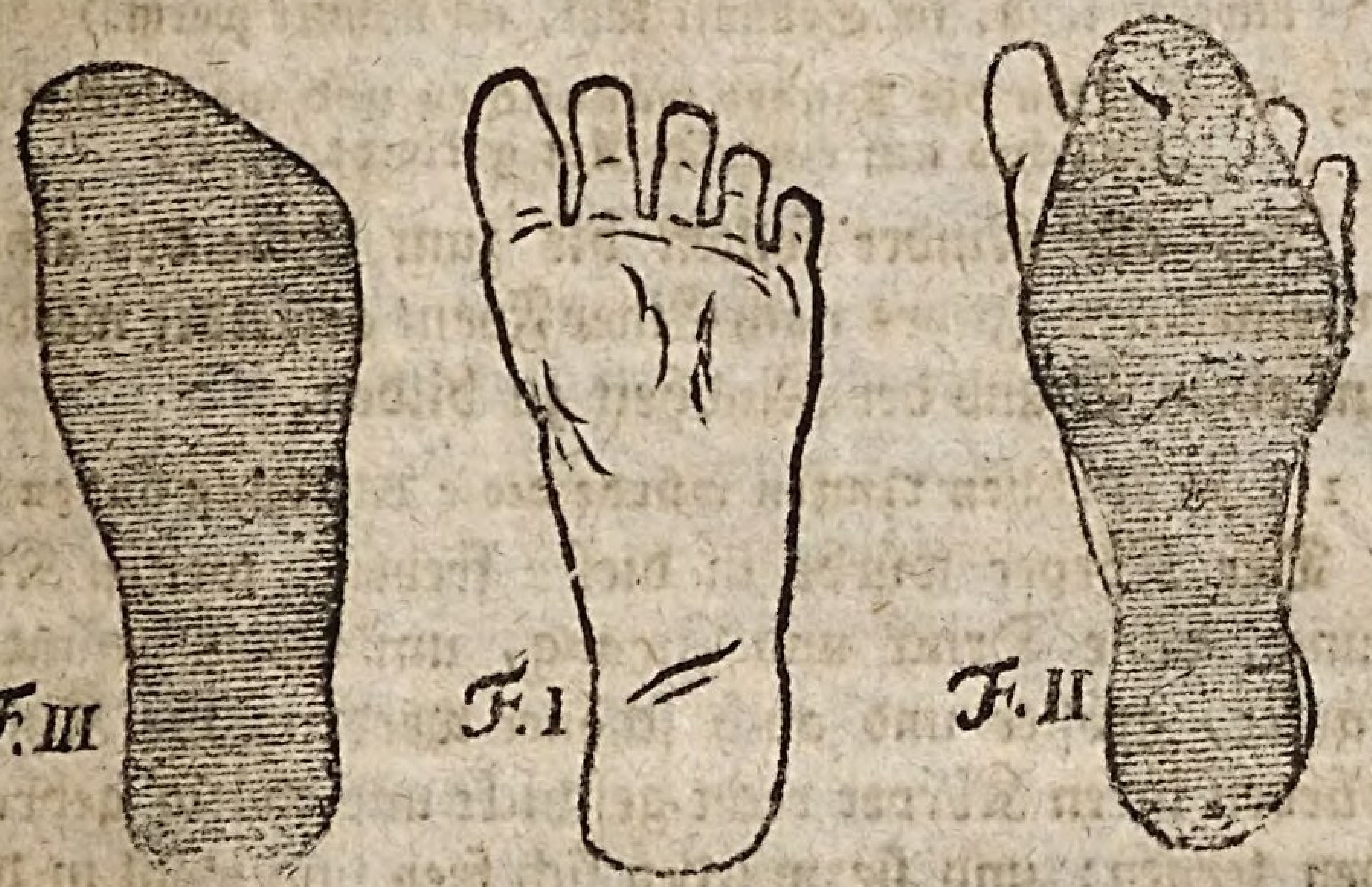
Damit der Mensch leicht und fest gehen und stehen, und seinen Körper frey bewegen könne.

111. Wie sollten also die Schuhe, sowohl der Kinder, als der Erwachsenen, gestaltet seyn?

Die Schuhe sollten die nämliche Gestalt als die Füße haben; sie sollten also nicht über Einen, sondern über zwey Leisten, nach der Gestalt der Füße, verfertiget werden, und etwas länger, als die Füße, seyn.

(Anm. Jeder Fuß muß auf ein Stück Papier gesetzt, und mit einem Bleistifte muß seine wahre Gestalt gezeichnet und ein rechter und linker Leisten darnach gemacht werden. Aus den nach-

nachstehenden Figuren kann man deutlich ersehen, wie die Schuhe gestaltet seyn müßten. Die mittelste Figur (I) ist die wahre Gestalt der Sohle des linken Fußes; die vordere Figur (III) zeigt, wie die Sohle des linken Schuhes gestaltet seyn müsse; und die hintere Figur (II) zeigt, daß unsere gewöhnlichen Schuhe über Einen Leisten ganz und gar nicht passen.)



F. III F. I F. II

112. a) **Was schaden enge, kurze oder über Einen Leisten gemachte Schuhe?**

Durch enge, oder kurze Schuhe entstehen Hüneraugen, die Zähen werden schief, krumm und verkrüppelt, und der Mensch kann weder frey und fest stehen, noch leicht und sicher gehen.

112. b) **Welche Schuhe halten am längsten?**

Die nach der Form der Füße über zwey Leisten gemacht sind, und niedrige Absätze haben.

(Anm. Wenn Kinder oft und viel barfuß gehen, so bekommen sie einen sehr leichten, festen Gang. — Kleine Kinder dürfen vor dem achtzehnten Monate entweder gar keine, oder nur Schuhe mit weichen Sohlen tragen, damit sie leicht und gut gehen lernen. — Schuhe mit Nägeln beschlagen schaden der Gesundheit, wenn man viel auf Steinboden geht.)

113. a) **Wie sollten also die Kinder gekleidet seyn?**

Kopf und Hals frey und unbedeckt; der Körper von einem weiten Hemde und Kittel frey umgeben; die Füße

Füße im Sommer von keinen Strümpfen bedeckt und der rechte und linke Schuh, mit niedrigen oder keinen Absätzen, nach der Gestalt jedes Fußes gemacht.

(Anm. Der weite Kittel hält den Körper, der sich frey in ihm bewegen kann, im Sommer kühl, im Winter warm.)

113. b) Sollten die Kinder männlichen und weiblichen Geschlechts auf einerley Art gekleidet seyn?

Ja, alle Kinder sollten bis zum Ende des achten oder neunten Jahrs nach Einer Form gekleidet werden, um einen Stand der Kindheit zu bilden.

114. a) Welchen Nutzen würde diese Kleidung haben?

Der Körper würde in dieser freyen, weiten Kleidung, ohne Druck und Zwang, um vieles gesünder, stärker, größer und auch schöner werden; die Kinder würden ihren Körper recht geschickt und thätig gebrauchen lernen; und sie würden sich frey und wohl in dieser einfachen Kleidung fühlen.

114. b) Hat sie noch andere große Vortheile?

Ja, sie ist sehr wohlfeil, schön und dauerhaft.

115. Wie würde diese Kleidung allgemein werden?

Wenn verständige Aeltern aller Orten den Anfang machten, ihre Kinder, vom dritten bis wenigstens zum siebenten Jahre, auf die beschriebene und vor diesem Katechismus abgebildete Art zu kleiden; so würde man ihren großen Nutzen und wie gut und schön sie sey, einsehen lernen, und die Kinder-Kleidung würde nach und nach zur allgemeinen Sitte werden.

(Anm. Da durch die allgemeine Einführung dieser einfachen, freyen, gleichförmigen Kinder-Kleidung das Menschengeschlecht nicht allein am Körper, sondern auch am Geiste vollkommner werden würde; so ist es außer Zweifel, daß sie nach und nach allgemein werde eingeführt und daß der natürliche Stand der Kindheit durch diese Kleidung werde bezeichnet werden.)

116.

116. Wenn Kinder immer gewaschen und gekämmt, ein reines Hemd haben, und von Kopf bis zu Fuß einfach, ordentlich und reinlich gekleidet sind, was schließt man daraus?

Daß die Aeltern Sorge für ihre Kinder tragen, und daß die Kinder wahrscheinlich auch wohlgerathen werden.

117. Sind steife, enge, dicht am Körper anliegende Kleider der Gesundheit schädlich?

Ja; da sie die freye, leichte Bewegung des Körpers und die Ausdünstung der Haut erschweren und verhindern, so sind steife, enge Kleider der Gesundheit sehr schädlich.

118. a) Sind Schnürleiber und Schnürbrüste ungesund?

Ja; durch Schnürleiber und Schnürbrüste werden viele Kinder und viele junge Leute krumm und buckelig, und zu siechen, unglücklichen Menschen gemacht; und deßwegen sollte kein Kind und kein Mensch Schnürleiber oder Schnürbrüste tragen.

118. b) Machen sie aber nicht schön und wohlgestaltet?

Nein; sie machen häßlich und ungestaltet.

118. c) Sind die Beinkleider den Kindern schädlich?

Ja; bey Kindern sind die Beinkleider, da sie durch Druck und Zwang den freyen Wachsthum und die leichten Bewegungen des Körpers erschweren und verhindern, der Gesundheit sehr schädlich; und die Kinder sollten deßwegen in Kitteln gehn.

(Anm. Die Beinkleider, welche die Kinder männlichen Geschlechts bis jetzt zu tragen pflegen, sind auch eine Hauptursache (man lese die Anmerkung zur Antwort 207.), daß der zehnte Mensch männlichen Geschlechts einen Bruch hat.)

119. Darf man Kleider von Menschen, die an bösen und ansteckenden Krankheiten krank waren, oder gar daran gestorben sind, tragen, oder den Kindern Kleider davon machen?

Nein; durch diese Kleider kann man leicht Krankheiten bekommen, und Gesundheit und Leben verlieren.

(Anm. Alte, besonders alte wollene Kleider, durch ungesunden Schweiß und kranke Ausdünstungen verunreiniget, sind der Gesundheit sehr schädlich; und ansteckende Krankheiten werden leicht und häufig durch alte Kleider weiter verbreitet.)

VII. Von der Luft.

120. Wie sollte die Luft, in der der Mensch lebt, und die jeden Augenblick auf seinen Körper wirkt, beschaffen seyn?

Die Luft, die sowohl von außen durch die Haut, als von innen durch die Lungen auf den menschlichen Körper unaufhörlich wirkt, und ihn belebt und stärkt, sollte frisch, rein und trocken seyn.

(Nicht allein durch die Lungen, sondern auch durch die Haut theilt die reine Luft dem Blute Röthe und Wärme mit.)

121. Warum sollte die Luft frisch, rein und trocken seyn?

Weil sie den Menschen gesund, frisch, ruhig und froh macht; sie muntert auf zur Arbeit; vermehrt den Hunger; macht, daß die Speisen gedeihen; giebt einen ruhigen, sanften Schlaf; und dem Menschen ist es in frischer, reiner Luft gar wohl.

122. Ist es ihm auch wohl in schlechter, unreiner, feuchter Luft?

Nein, es ist ihm nicht wohl; wenn der Mensch häufig in schlechter, verdorbener Luft lebt, so wird er nicht allein ungesund, schwach, blaß, verdrießlich, dumm und kränklich; sondern er verfällt dadurch auch oft in Krankheiten und Fieber, die schwer zu heilen, und manchmal sehr bösartig und ansteckend sind.

(Anm.

(Anm. In einem Waysenhause von 36 Kindern, wie der Leibarzt Lentin erzählt, betrug die Apotheker-Rechnung jährlich 70 bis 80 Rthlr. Er erfand eine Maschine, durch welche die Luft beständig neu und frisch erhalten wurde, und nun betrug die Rechnung jährlich nur 14 bis 16 Rthlr., ja im Jahr 1781 nur 14 ggl.)

123. Wie nothwendig ist dem Menschen zum Frisch- und Gesundseyn die frische, reine, freye Luft?

Sie ist dem Menschen so nothwendig, wie Speis und Trank, wie dem Fisch das frische Wasser.

124. Warum ist sie das?

Weil die Luft, eben so gut wie Speis und Trank, Theile in sich enthält, die zum Leben unumgänglich nothwendig sind und die durch Speise und Trank nicht können ersetzt werden.

(Anm. Pflanzen in der besten Erde, und Thiere beym besten Futter, ohne frische Luft, verwelken und verderben. Der Mensch, wenn er leben, gesund seyn und gedeihen will, muß nothwendig in frischer Luft leben.)

125. Wodurch verdirbt die Luft?

Wenn sie stillsteht, und durch frische Luft nicht beständig erneuert wird; auch Sümpfe und stehende Gewässer verderben die Luft so sehr, daß die Menschen, die in einer solchen verdorbenen Luft leben, ungesund werden und oft in kalte oder langwierige Fieber verfallen.

126. Wodurch verdirbt die Luft weiter?

Wenn sie die Ausdünstungen vieler und nasser Sachen, wässerichte Dämpfe, und den Athem und die Ausdünstungen vieler Menschen enthält. Auch Dämpfe von Oehllampen, Talglichtern, Lichtschnuppen, vom Bügeln oder Plätten der Wäsche, vom Wollkämmen und besonders von brennenden Holzkohlen verderben die Luft so sehr, daß die Menschen dumpfig und elend davon werden, und in einer solchen Luft manchmal gar ersticken.

127. a) Ist die eingeschlossene Luft der Stuben und Kammern, worin sich viele Menschen befinden, rein und gesund?

Nein; die eingeschlossene Luft der Stuben und Kammern ist mehr oder weniger verdorben und ungesund.

(Anm. Die Luft der Stuben, worin sich Kranke, besonders Fieber- und Ruhrkranke, befinden, ist sehr ungesund.)

127. b) Was sollte man thun, wenn in einer Gegend Sümpfe, Moräste und stehende Gewässer die Luft ungesund und die Menschen krank machen?

Man sollte die Sümpfe, Moräste und stehenden Gewässer abgraben und austrocknen.

128. Was sollten die Menschen, die so viel in Stuben und Kammern sich aufhalten, in Ansehung der Luft beobachten?

Sie sollten sorgfältigst darauf sehen, daß die eingeschlossene Luft der Stuben und Kammern durch frische Luft von außen sehr häufig erneuert werde; mehrere Mahle des Tages bey offenen Thüren und Fenstern, die Luft erfrischen, und des Abends die Fensterladen nicht verschließen.

129. Was sollten die Menschen weiter thun?

Sie sollten die Stuben und Kammern ordentlich und reinlich halten; und nichts Unnöthiges in Stuben und Kammern haben, wodurch die Luft könnte verunreiniget und verdorben werden.

(Anm. Wohlgerüche und starkriechende Blumen in Stuben oder Schlafkammern verderben sehr die Luft, und sie verursachen oft Kopfweh und Schwindel, auch Schlagflüsse.)

130. Woran erkennt man, daß Stuben und Kammern ordentlich und reinlich sind und frische Luft haben?

Wenn man keine Spinngewebe in Stuben und Kammern sieht; wenn im Sommer wenige Fliegen darin sind; wenn kein Staub, kein Stroh und kein Unrath darin ist; wenn die Fenster hell und klar sind; und

wenn

wenn man weder Geruch, noch Aengstlichkeit empfindet, indem man aus der freyen Luft in die Stuben und Kammern kommt.

131. Sollte der Mensch auch des Nachts im Schlafe frische, reine, trockne Luft athmen?

Ja, er sollte auch des Nachts reine Luft athmen; es ist daher sehr ungesund, bey verschlossenen Fensterladen, hinter zugezognen Bettvorhängen und in engen Kammern zu schlafen; auch ist es sehr ungesund, wenn mehr als Ein Mensch in Einem Bette schläft.

(Anm. Daß man den kleinen Kindern, um die Fliegen abzuhalten, im Schlafe das Gesicht zudeckt, taugt nicht; denn man beraubt sie der frischen, reinen Luft, sie schlafen daher schlecht, weinen, wenn sie aufwachen und das alles ist viel schlimmer, als von Fliegen gestochen zu werden.)

132. Wenn diejenigen Menschen, die sehr viel in Stuben sitzen, sich bemühten, immer in reiner Luft zu leben, was würde die Folge davon seyn?

Statt, daß so viele Menschen jetzt ungesund, schwach und verdrießlich sind, und an Flüssen, Husten und Dumpf leiden; so würden sie alsdann viel gesünder, stärker und glücklicher seyn, und auch länger leben.

(Anm. Die Todten in Kirchen, oder innerhalb der Städte und Dörfer zu begraben, verderbt die Luft und ist den Lebendigen schädlich; die Begräbnißörter sollten daher im Freyen und entfernt von menschlichen Wohnungen seyn. Leichenhäuser, um sich von der Gewißheit des Todes zu versichern, sind eine sehr löbliche Erfindung. Man lese darüber: C. W. Hufeland über die Ungewißheit des Todes und wie das Lebendigbegraben (durch Leichenhäuser) unmöglich zu machen. Weimar 1791.)

VIII. Von der Reinlichkeit, vom Waschen und Baden.

133. Was nützt dem Menschen die Reinlichkeit?

Sie erhält und befestigt die Gesundheit, die Sittlichkeit, die Ehre und die Würde des Menschen; sie

erheitert seinen Verstand und ermuntert ihn zur Thätigkeit; sie verschafft ihm Achtung und Liebe bey Andern; und nur der reinliche Mensch ist eines sittlichen, frohen, glücklichen Lebens fähig.

134. Was schadet die Unreinlichkeit?

Sie verderbt die Gesundheit, die Sittlichkeit, die Ehre und die Würde des Menschen; sie verdunkelt seinen Verstand und macht ihn träge zur Arbeit; sie entreißt ihm die Achtung und Liebe Anderer; und der unreinliche Mensch kann kein recht sittliches, zufriedenes und glückliches Leben führen.

135. Entstehen durch Unreinlichkeit auch Krankheiten?

Ja; durch Unreinlichkeit und schlechte Luft, die fast immer mit einander verbunden sind, verlieren viele Menschen nicht allein ihre Gesundheit, sondern sie verfallen dadurch auch in Krankheiten und Fieber, die bösartig und oft ansteckend sind.

(Anm. Der menschenfreundliche Arzt J. Ferriar zu Manchester in England zieht aus den ansteckenden Krankheits-Giften, die in den unreinlichen Hütten des Elends entstehen, den Schluß: daß nicht allein die Tugend, sondern auch die Selbsterhaltung es den Reichen zur Pflicht mache, sich der Armen aus allen Kräften anzunehmen.)

136. a) Wie wird dem Menschen die Reinlichkeit zur Natur?

Wenn der Mensch an seinem Körper, von der frühsten Kindheit an, rein gehalten wird; und dadurch die Reinlichkeit, als eine der größten, besten Wohlthäter, kennen und liebgewinnen lernt.

136. b) Warum sind so viele Menschen unreinlich?

Weil sie in ihrer Kindheit nicht reinlich gehalten und täglich nicht viele Mahle gewaschen wurden.

136. c) Ist denn das Wasser zum Waschen so rar und so theuer?

Mit Nichten; das Wasser kostet kein Geld.

136. d) Was könnte und sollte man zu jedem unreinlichen, ungewaschenen Kinde als Sprichwort sagen?

Wasser kostet kein Geld.

137. Was muß man thun, um den Körper rein zu halten?

Man muß nicht allein Angesicht und Hände waschen, sondern man muß auch die Haut über dem ganzen Körper in jeder Woche ein oder mehrere Mahle rein waschen, und sich häufig, besonders des Sommers, baden.

138. Ist das Waschen und das Baden über dem ganzen Körper gut?

Ja, es ist sehr gut; es macht rein, gesund, heiter, stark und leicht; und verhütet Flüsse, Gliederreißen, Gicht, Hautausschläge und viele Krankheiten.

(Anm. In Rußland hat beynahe jedes Haus seine Bad-Stube. Es wäre sehr zu wünschen, daß an jedem Orte in Einem oder mehreren Häusern Anstalten zu kalten und warmen Bädern getroffen würden, und daß das Waschen und Baden allgemeine Sitte der Menschen würde.)

139. a) Warum ist das Reinhalten der Haut so gesund?

Weil der Körper durch die Ausdünstung der Haut von sehr vielen, ja der Hälfte der verdorbenen oder überflüssigen Theile sich reinigen, und durch die Einsaugung der Haut viele nützliche Theile aus der Luft erhalten sollte.

139. b) Welche Ursachen vermindern am mehrsten die Ausdünstung und die Einsaugung der Haut?

Mangel an vieler körperlichen Bewegung, schmutzige Hemder, Strümpfe, Kleider und Betten, feuchte Luft, und eine unreine oder klebrige Haut.

139. c) Was verunreiniget vorzüglich die Haut?

Wenn die Ausdünstung, wegen enger, schmutziger oder nasser Kleidungsstücke, als ein unmerklicher Dunst nicht verfliegen kann, sondern als eine klebrige Feuchtigkeit auf die Haut zurückfällt; oder wenn der Schweiß mit Zurücklassung eines klebrigen Schleims die Haut verstopft.

139. d) Findet Beydes oft Statt?

Ja, und deßwegen sollten die Menschen auch oft sich waschen und baden.

140. a) Was muß man bey dem Baden in Flüssen beobachten?

1. Man muß sich vorsichtig an Stellen baden, wo gar keine Gefahr ist.

2. Man muß gesund und wohl seyn.

3. Man darf nicht erhitzt seyn, oder kurz vorher eine Mahlzeit genossen haben.

4. Man muß sich nicht langsam, sondern geschwind, mit dem Kopfe und dem ganzen Körper, unter das Wasser tauchen; und nicht zu lange im Bade bleiben.

5. Man muß im Bade nicht still sitzen, sondern sich stark bewegen, oder schwimmen. Und

6. Nach dem Bade muß man nicht ruhen, sondern gemächlich gehen.

(Anm. Es wäre wohl ein sehr gutes Gesetz der Schulen: daß die Schulkinder, von Anfang Mays, bis Ende Septembers, wöchentlich einigemahle unter der Aufsicht des Schullehrers ordentlich badeten, und ohne Gefahr schwimmen lernten.)

140. b) Wäre es gut, auch schwimmen zu lernen?

Ja; das Schwimmen ist sehr gesund; und unzählige Menschen ertranken, weil sie nicht schwimmen konnten.

(„Das Schwimmen, sagte Benjamin Franklin, ist eine der gesündesten und angenehmsten Leibesübungen von der Welt. Im Winter ist das Schlittschuhlaufen gleich vortrefflich.")

140. e) Sind warme Bäder auch sehr nützlich?

Ja, mäßig-warme Bäder sind der Gesundheit so nützlich, daß jeder Mensch, sein ganzes Leben durch, alle acht oder vierzehn Tage sich einmahl über dem ganzen Körper warm baden sollte.

141. Wie oft sollte man sich Hände und Gesicht waschen?

Beym Erwachen und beym Schlafengehen, vor und nach dem Mittags- und Abendessen, und jedesmahl, wenn, nach gethaner Arbeit, Hände und Gesicht unrein sind, sollte man sich unfehlbar waschen. *)

*) In jeder ordentlichen Haushaltung sollte immer ein Napf mit reinem, kaltem Wasser zum Waschen bereit stehen.

142. Sollte man nach dem Essen nicht auch jedesmahl den Mund reinigen?

Ja, man sollte nach jedem Essen den Mund mit kaltem Wasser reinigen; Zahnfleisch und Zähne werden dadurch gut und gesund erhalten, es verhütet Zahnschmerzen, und ein reiner Mund ohne Nachgeschmack von Speisen macht, daß der Mensch das Essen nicht als einen Zweck des Lebens ansehen lerne.

(Sondern, wie Kant sagt, als Abfütterung des Körpers.)

143. Sollten die Kinder sich nicht auch waschen und kämmen, ehe sie in die Schule gehen?

Ja, jedes Kind sollte Morgens und Nachmittags, ehe es in die Schule geht, sich jedesmahl waschen und kämmen; denn man wird durch das Waschen und Kämmen froher und munterer, und zum Lernen geschickter.

144. a) Was sollte man beym Waschen thun?

Man sollte jedesmahl einen Napf mit kaltem, reinem Wasser nehmen, das Gesicht eine Weile darin untertauchen, die Augen im Wasser aufthun, den Mund rein ausspühlen und alsdann Gesicht und Hände recht rein waschen.

144. b) Sollte man auch oft die Nägel beschneiden?

Ja; unbeschnittene, von Schmutz schwarzblaue Nägel machen die Hände gar häßlich; und man sollte sie deßwegen zweymahl in jeder Woche beschneiden und immer rein und blank halten.

144. c) Sollte man auch oft die Füße waschen und ihre Nägel beschneiden?

Ja, man sollte die Füße, da sie durch die Schuhe und Strümpfe leicht Noth leiden und schmutzig werden, sehr oft kalt waschen und ihre Nägel fleißig beschneiden.

144. d) Was nützt das Reinhalten der Füße?

Durch das beständige Reinhalten der Füße verhütet man Verkältungen, Hüneraugen und Warzen, und es erleichtert gar sehr das Gehen und das Reisen zu Fuß.

144. e) Ist das Reisen zu Fuß gesund und gut?

Ja, das Reisen zu Fuß ist die gesündeste, beste, angenehmste und lehrreichste Art des Reisens.

145. Da der Körper des Menschen, von der frühesten Kindheit an, sollte rein gehalten werden; kleine Kinder es aber nicht selbst thun können, was sollten die Aeltern thun?

Sie sollten es sich eben so sehr angelegen seyn lassen, ihre Kinder recht fleißig zu waschen, als ihnen Nahrung und Kleidung zu geben; die Nahrung gedeiht alsdann an ihnen; die Kinder halten ihre Kleidung rein, die Reinlichkeit wird ihnen zur Natur, und sie können sittliche, glückliche Menschen werden.

146. Lassen kleine Kinder sich gerne waschen und baden?

Im Anfange fürchten sie sich und schreyen; wenn man aber fortfährt, sie täglich mehrere Mahle zu waschen

schen und sie fleißig, bald warm, bald kalt, zu baden, so wird es ihnen angenehm und zur Lust. *)

*) Der Mensch muß als Säugling und als Kindlein, an der Brust und am Arme der Mutter, die Reinlichkeit lieb gewinnen.

147. Ist es hinlänglich, wenn der Mensch seinen Körper rein hält?

Nein; der Mensch sollte auch seine Kleider, und alles, was um ihn ist, Stuben und Kammern, Betten und alles Hausgeräthe, rein und in Ordnung halten.

148. a) Welchen Nutzen hat diese Ordnung und Reinlichkeit?

Ordnung und Reinlichkeit erhält gesund, macht alle Arbeit leicht, und das Leben wird zur Lust und Freude.

148. b) Hat sie auch noch einen andern Nutzen?

Ja; Ordnung und Reinlichkeit vermindert um vieles die Kosten des Haushalts, und ist der erste Grundstein zu einer guten Kinderzucht.

IX. Von Nahrungsmitteln.

149. In welcher Absicht sollte der Mensch Speisen genießen?

Um seinen Hunger zu stillen, und das Leben und den Körper zu erhalten und zu ernähren.

150. Welches sind die vorzüglichsten Speisen des Menschen?

Brod, Gemüse, Hülsen- und Saamenfrüchte, Obst, Milch, Fische und Fleisch.

151. Welche Speisen sind die nahrhaftesten?

Fleisch-Speisen sind viel nahrhafter als Pflanzen-Speisen; und Speisen von Fleisch sind nahrhafter, gesünder und besser, als von Fischen.

152. Woraus sollten die Speisen des Menschen bestehen?

Zum größern Theil aus Pflanzen-, und zum kleinern Theil aus Fleisch-Speisen.

153. Was giebt den Speisen wahren Wohlgeschmack?

Der Hunger, und daß man die Speisen recht klein, zu einem süßen Breye, kaue.

154. Wodurch bekommt man rechten Hunger, und wodurch gedeihen auch zugleich die Speisen?

Durch körperliche Bewegung und Arbeit in freyer, reiner Luft.

155. Sollte man einfache Speisen genießen?

Ja, man sollte nicht zu viele Speisen durch einander essen; sonst sind sie schwer zu verdauen und geben eine schlechte, ungesunde Nahrung.

156. Was sollte man vorzüglich beym Essen beobachten?

Ordnung und Mäßigkeit: und daß man die Speisen recht klein und mit dem Speichel zu einem weichen, süßen, milchartigen Breye kaue. *)

*) Durch das Kauen werden die Zähne rein, gesund und in den Zahnladen fest erhalten; man muß deßwegen die Kinder dazu anhalten, daß sie abwechselnd auf jeder Seite gut kauen.

157. Was sagt Sirach von der Mäßigkeit?

Kap. 32, 23. sagt er: Wenn der Magen mäßig gehalten wird, so schläft man sanft: so kann einer des Morgens früh aufstehen; und ist fein bey sich selbst.

158. a) Wenn man die Speisen nicht recht klein und mit dem Speichel zu einem Breye kaut, was erfolgt alsdann?

Wenn man die Speisen gewöhnlich schlecht kaut, so verdaut man sie nicht gut; und der Körper wird, wegen Mangels an gehöriger Ernährung, schwach und gebrechlich.

158. b) Was bestimmt also die Nützlichkeit der Speisen?

Nicht sowohl die Menge und die Güte der Speisen, als vielmehr daß der Magen die genossenen Nahrungsmittel, ohne alle Beschwerden, leicht und gut verdaue, bestimmt den Nutzen derselben.

159. Ist es gut, während des Essens viel zu trinken?

Nein; die Speisen werden dadurch zu sehr verdünnt; und da dieses der Verdauung schadet, so darf man während der Mahlzeit nicht viel trinken.

160. Was sollte man beym Genusse von Suppen, Breyen und flüssigen Speisen beobachten?

Man sollte jedesmahl vieles und gutes Brod darzu kauen und essen; durch den Speichel und das Brod werden die Suppen, Breye und flüssigen Speisen viel verdaulicher und nahrhafter.

161. a) Da das Brod eines der vornehmsten Nahrungsmittel ist, wie soll und muß es beschaffen seyn?

Es muß aus Mehl von guten, trocknen, nicht von Kornwürmern zerfressenen Früchten gar gebacken seyn; und gutes Brod muß sich beym Kauen zu einem wohlschmeckenden Breye, ohne teigig oder klebrig zu werden, auflösen. Sonst ist es ungar und sehr ungesund.

(Anm. Pumpernickel ist für gesunde, starke, arbeitende Männer wohl ein gutes Brod; für Kinder, Weiber, sitzende oder alte Menschen ist er aber eine schwere, ungesunde Kost.)

161. b) Wodurch könnte das Brod der Landleute besser, nahrhafter und gesünder werden?

Wenn jedes Dorf einen gemeinschaftlichen Backofen, und allenfalls auch einen ordentlich und gut belehrten, geschickten Becker hätte.

161. c) Wird das Brod immer gar gebacken?

Nein; da der Holzmangel täglich größer wird, so

wird das Brod oft nicht recht gar gebacken; und ein solches Brod ist sehr ungesund.

(Anm. Bey Steinkohlen kann man recht gutes Brod backen.)

162. Wenn viel Trespe, Raden, oder Mutterkorn unter dem Roggen oder Korn ist, giebt das ein gesundes Brod?

Nein, es giebt ein schlechtes, ungesundes Brod.

163. a) Welche Früchte geben ein ungesundes Brod?

Feucht oder naß eingeärndtete, in den Scheunen dumpfig und moderig gewordene, oder ausgewachsene, oder gar auf dem Halme nicht recht reif gewordene Roggen- und andere Früchte geben ein Brod, durch welches die Menschen in die elendesten Krankheiten und in den Tod verfallen.

163. b) Was sollte der Landwirth also thun?

Er sollte mit gewissenhafter Treue darauf sehen, daß sein Roggen und seine Früchte, ehe er sie schneidet oder mäht, auf dem Halme vollkommen reif geworden und, ehe er sie einärndtet, auf dem Felde recht ausgetrocknet seyen.

164. a) Wie sollte man feuchten, schlechten Roggen verbessern, um ein weniger ungesundes Brod daraus zu backen?

Man sollte den schlechten Roggen vor dem Mahlen dörren: dem Mehle etwas gutes Mehl von trocknem Roggen, oder von Gerste, zusetzen; weniges Wasser, worin etwas reine Holz-Asche aufgelöst ist, zum Einteigen nehmen; das Brod recht gut und langsam ausbacken; und man sollte dieses Brod nicht warm und frisch, und auch nicht in zu großer Menge essen, und es recht klein kauen.

164. b) Wie verhütet man die Kornwürmer im Roggen oder Korn?

Wenn man den Roggen vollkommen reif und recht

trocken vom Felde in die Scheunen bringt; wenn man den ausgedroschenen Roggen auf Böden legt, die recht hell sind und reine, kühle, durchstreichende Luft haben; und wenn man den Roggen öfters umschüttet.

165. Sind warme, teigige, nicht recht ausgebackene Brod- oder Kuchen-Speisen gesund?

Nein, sie sind sehr ungesund; und man kann davon krank werden und sterben.

166. Sind die Kartoffeln ein gesundes Nahrungsmittel?

Ja, wenn man sie mäßig genießt; ißt man aber tagtäglich und fast nichts als Kartoffeln, so geben sie nicht allein eine schwache, schlechte Nahrung, sondern sie schaden auch der Gesundheit; und viele Kinder werden durch das übermäßige Essen der Kartoffeln ungesund, schwach, blaß und kränklich.

(Anm. Ausgewachsene, unreife, und stockige Kartoffeln aus feuchten, dumpfigen Kellern sind sehr ungesund.)

167. a) Sind reifes Obst und saure Speisen gesund?

Ja, sie erfrischen den Körper.

(Anm. Beym Steinobste muß man die Kinder warnen, die Steine nicht hinunter zu schlucken, sonst können sie davon verstopft werden und an Verstopfung sterben.)

167. b) Ist das Fleisch den Kindern gesund?

Ja, ein mäßiger Genuß von Fleisch ist den Kindern gesund und giebt ihnen Kräfte.

168. Sind fette Speisen gesund, und ist es gut, daß man viele und sehr fette Butterbröde den Kindern gebe?

Nein, alle fette Speisen, besonders viele und sehr fette Butterbröde, sind schwer zu verdauen; und sie verursachen vielen und zähen Schleim in den Därmen, der Anlaß zur Vermehrung der Würmer und zu manchen Krankheiten giebt.

(Anm. Alle Kinder ohne Ausnahme haben wohl von Natur Würmer in ihren Därmen. Diese Würmer werden aber wohl nur

nur dann schädlich und gefährlich, wenn durch schlechte, unverdauliche Speisen, verbunden mit Mangel an körperlicher Bewegung, die Därme voll von zähem Schleime sind, und die Würmer sich sehr darin vermehren.)

169. a) Sind scharfe, sehr gesalzene und gewürzte Speisen, rohe Zwiebeln und scharfer Käse gesund?

Nein, sie sind ungesund; und Kinder sollten diese scharfen Speisen gar nicht essen.

169. b) Ist das Salz kein nothwendiges Gewürz?

Nein; bey guten Speisen ist das Salz nicht allein überflüssig, sondern gewöhnlich auch schädlich; und Kinder sollten daher wenig oder gar kein Salz essen.

170. a) Wie sollten die Kinder ernährt werden?

Die Kinder, ohne daß sie fordern und bitten dürfen, sollten des Tages mehreremahle ordentlich, mäßig und zur gesetzten Zeit von ihren Aeltern gespeist werden; ihr Brod sollte recht gut, und ihre Speisen sollten mild und nahrhaft seyn: damit die Kinder recht wachsen und gedeihen, gesund und stark werden.

170. b) Wodurch werden die Kinder unersättlich?

Wenn Kinder viel in Stuben und schlechter Luft sitzen, nicht reinlich gehalten werden, nicht viel beschäftiget sind und sich nicht viele Bewegung in freyer Luft machen, so werden sie gefräßig und unersättlich.

171. Leckerbissen, Back-, Kuchen- und Zuckerwerk, und süße Speisen den Kindern zu geben, ist das gut?

Nein; die Kinder werden dadurch zur Leckerhaftigkeit verwöhnt, sie werden selbstsüchtig und halsstarrisch, und sie können alsdann gar leicht mißrathen.

(Anm. Das Zuckerwerk und das Spielzeug der Kinder sind oft mit giftigen Farben bemahlt; also sorgfältig zu meiden.)

172. Wie sieht es bey einer ordentlichen Hausfrau in der Küche aus?

Das Küchen-Geräth ist rein gescheuert und gewaschen;

schen; wenn etwas gebraucht worden ist, wird es sogleich wieder gewaschen, und mit einem reinen Tuche getrocknet; alsdann an seinen bestimmten Platz gesetzt; und wenn es wieder gebraucht werden soll, so wird es vorher vom Staube gereiniget.

173. Was ist bey der Zubereitung und Aufbewahrung der Speisen vorzüglich zu beobachten?

Die größte Reinlichkeit; und daß man die Speisen in schädlichen Geschirren weder zubereite, noch aufbewahre.

174. Sollte alles gewaschen werden, was gekocht wird?

Ja, man sollte alles gut reinigen und waschen, ehe man es kocht; denn der Kohl und die Gemüse sind oft durch Mehl- und Honig-Thau und durch Ungezieser unrein und dadurch der Gesundheit sehr schädlich.

175. Was sollte man bey kupfernen und zinnernen Küchengeschirren beobachten?

Man sollte keine Speisen, am wenigsten saure, in kupfernen oder zinnernen Geschirren stehen oder erkalten lassen, und immer darauf sehen, daß die kupfernen gut verzinnt sind.

176. Was sollte man bey der Milch beobachten?

Man sollte die Milch, damit sie rein und gesund sey, in sehr reinen, saubern Gefäßen und in frischer, reiner, kühler, nicht dumpfiger, Luft aufbewahren.

177. Wie bereitet man reine, gesunde Butter?

Wenn man die Milch, wie eben gesagt, behandelt, und den Rahm oder die Sahne, so bald die Milch säuren will, gleich abnimmt, und Butter daraus bereitet.

178. Ist unreine, scharfe, ranzige Butter ungesund?

Ja, schlechte Butter ist sowohl auf Butterbröden, als an den Speisen sehr ungesund.

179. Welches Wasser sollte man zum Kochen nehmen?

Sowohl zum Kochen, als zum Backen und Brauen, sollte man nicht allein reines, sondern auch weiches Wasser nehmen, worinn Erbsen sich weich kochen.

X. Von Getränken.

180. a) In welcher Absicht sollte der Mensch trinken?

Um seinen Durst zu löschen.

180. b) Trinken die Menschen immer aus Durst?

Nein; sie trinken oft und viel um den Gaumen zu kitzeln, den Magen vorgeblich zu stärken, oder den Körper zu ernähren; das alles ist aber unrecht und streitet gegen die Natur und die Gesundheit.

181. a) Was sollte der gesunde Mensch trinken?

Kaltes, reines Wasser.

181. b) Welches Getränk ist das wohlschmeckendste?

Das kalte Wasser, ob es gleich an sich keinen Geschmack hat, ist das süßeste und angenehmste Getränk, besonders dem Durstigen und dem Wassertrinker.

181. c) Bey welchem Getränke hat der Mensch den stärksten Hunger und die beste Verdauung?

Beym Wassertrinken kann der Mensch am mehrsten essen und am besten verdauen.

182. Was nützt das Trinken des Wassers?

Das kalte, reine Wasser löscht am besten den Durst; es kühlt, und reiniget das Blut und den Körper; es erhält Magen, Eingeweide, Hirn und Nerven in Ordnung; und giebt dem Menschen Ruhe und Wohlseyn.

183. Wodurch wird das Wasser dem Menschen wohlschmeckend und gedeihlich?

Durch körperliche Bewegung im Freyen und durch einfache Speisen entsteht nicht allein Durst zum Wasser, sondern es gedeiht auch zugleich.

184. Wann und wie viel sollte der Mensch trinken?

Nicht bey, sondern zwischen den Mahlzeiten, und vorzüglich gegen Abend und vor dem Schlafengehen, sollte der Mensch Wasser trinken; und täglich, ohne den Magen zu beschweren, vier, sechs, acht, oder mehrere Pfunde.

185. Welches Wasser ist sehr ungesund?

Stehendes, unreines, sumpfiges, morastiges oder faules Wasser ist sehr ungesund; und wenn Menschen solches Wasser trinken, so bekommen sie böse, oder kalte Fieber, Wassersuchten und manche Krankheiten.

(Anm. Vorzüglich durch das Saufen von stehendem, faulen Wasser bekommen die Schaafe die Fäule, das Rindvieh den Lungenbrand und die Schweine böse Hälse.)

186. a) Wie muß gesundes Trinkwasser beschaffen seyn?

Es muß rein, hell und klar, und ohne Geschmack, Geruch oder Farbe seyn; es muß den Magen nicht beschweren, und den Menschen wohlbekommen.

186. b) Sollte man für gesundes Trinkwasser sorgen?

Ja, jede Gemeinde sollte keine Kosten sparen, um sich gesundes Trinkwasser zu verschaffen.

187. Ist das Bier ein gesundes Getränk?

Dünnes, rein ausgegohrnes Bier ist für Erwachsene wohl nicht schädlich. Gutes Wasser ist aber im Grunde gesünder und besser.

188. Sind warme Getränke, Thee und Kaffee, gesund?

Nein; alle warme Getränke, Thee und Kaffee, schwächen den Magen und den Körper; sie reinigen und

und erfrischen weder die Eingeweide, noch das Blut; und sie sind daher weder gut, noch gesund.

189. Warum trinken die Menschen, besonders das weibliche Geschlecht, so gern Kaffee und Thee?

Weil sie in ihrer Kindheit daran sind gewöhnt worden, und weil sie aus Mangel an Bewegung in freyer Luft keinen rechten Durst haben.

190. Was sollte das Getränk der Kinder seyn?

Reines, gutes, kaltes Wasser sollte einzig und allein das Getränk der Kinder und der jungen Menschen seyn; sie sollten weder Bier, noch Kaffee, noch Thee, noch andere warme Getränke trinken.

191. Was nützt es den Kindern und den jungen Menschen, wenn ihr einziges Getränk kaltes Wasser ist?

Wenn Kinder und junge Menschen nichts als kaltes Wasser trinken, so können sie am besten wachsen und gedeihen, und wohl am leichtesten gesunde, starke, glückliche Menschen werden.

XI. Vom Weine.

192. Ist der Wein, wenn er täglich oder als ein gewöhnliches Getränk in Menge getrunken wird, gesund und gut?

Nein, das ist er nicht; der Wein, als tägliches Getränk in Menge getrunken, schadet der Gesundheit.

193. Giebt der Wein dem Gesunden wahre Kraft und Stärke?

Nein; wahre, dauerhafte Kraft und Stärke giebt der Wein dem gesunden Menschen nicht.

194. Hilft der Wein die Speisen verdauen?

Nein, das thut er nicht; gesunde Menschen, die Wasser trinken, essen mit mehrerem Hunger und verdauen

dauen viel besser, als diejenigen, die täglich Wein trinken.

195. a) Wenn man sich angewöhnt, täglich Wein zu trinken, was sind die Folgen davon?

Man verliert mit der Zeit die Lust zum Essen; der Magen und der Körper werden stumpf und schwach; man trinkt in der irrigen Absicht, den Magen zu erwärmen, nach und nach mehr; und man kann mit der Zeit leicht in das Laster des Trunks verfallen.

195. b) Wann ist der Wein der Gesundheit am schädlichsten?

Wenn man den Wein nicht beym Essen, sondern außer den Mahlzeiten trinkt, so ist er am schädlichsten und giebt leicht Gelegenheit, in den Trunk zu verfallen.

195. c) Welche Weine sind am schädlichsten?

Unausgegohrne, junge, herbe oder saure Weine sind am schädlichsten.

195. d) Giebt es manchmahl Fälle, wo der Wein mit giftigen Sachen verfälscht ist?

Ja; wenn der Wein Leibesverstopfungen, Koliken und Abzehrungen erregt, so kann er vergiftet seyn.

196 Verhütet der Wein bey Kindern die Würmer?

Nein; der Wein verhütet die Würmer nicht.

197. a) Dürfen Kinder und junge Menschen Wein trinken?

Nein; Kinder und junge Menschen dürfen keinen Wein trinken.

197. b) Warum dürfen sie keinen Wein trinken?

Er vermehrt, wie Oel ins Feuer gegossen, die Hitze ihres Bluts; und der Wein schadet gar sehr der Gesundheit, dem Wachsthume, der Stärke, dem Verstande, der Sittlichkeit und dem künftigen Glücke der Kinder.

197. c) Wäre es gut, wenn kein Mensch vor seinem zwanzigsten Jahre Wein tränke?

Ja; kein Mensch sollte vor seinem zwanzigsten Jahre Wein oder hitzige Getränke trinken.

(Anm. Die Massilienser, ein griechisches Volk, hatten den Mannspersonen, die unter dreyßig Jahren alt waren, und dem weiblichen Geschlechte den Wein gänzlich durch Gesetze verboten.)

XII. Vom Branntweine. *)

*) In allen Ländern, in England, Schottland, Schweden, Rußland, Nordamerika, besonders unter den Indianern, und auch leider! in unserm lieben deutschen Vaterlande, hat man gefunden: daß mit der Zunahme des Brannteweintrinkens die Gesundheit, die Stärke, der Verstand, die Tugend, die Arbeitsamkeit, der Wohlstand, das häusliche und das eheliche Glück, die Erziehung der Kinder, die Lebensdauer, ja die Menschlichkeit der Menschen abgenommen habe. — Und ein Indianer in Nordamerika, Nahmens Lackawanna, da er einsah, daß der von den Engländern unter den Indianern eingeführte Branntewein die Völker und die Menschheit verderbe, sagte deßwegen bey einer öffentlichen Angelegenheit: „Branntewein haben sie „uns gegeben! und wer hat diesen den Weissen (den Europäern) „gegeben? — der böse Geist!“

198. Wann erfand man das Brannteweinbrennen?

Vor drey oder vier hundert Jahren erfand man die Kunst, aus dem Getreide Branntewein zu brennen.

a) Waren die Menschen vor 400 Jahren gesund?

Ja, sie waren, ohne Branntewein, gesund und stark.

b) Wäre er also kein nothwendiges Getränk?

Nein; da der Mensch, ohne Branntewein zu trinken, vollkommen gesund und stark seyn kann, so ist der Branntewein kein nothwendiges, sondern ein überflüssiges Getränk.

c) Verlängert der Branntewein das Leben?

Nein; wer viel Branntewein trinkt, der lebt gewöhnlich nicht lange, sondern stirbt früh.

d) Ver-

d) Verbessert er die Gesundheit?

Nein; die mehrsten Branntweinstrinker werden leicht siech und krank; sie haben gewöhnlich Husten, Engbrüstigkeit und Dumpf; sie zittern und beben an Händen und Füßen; und bekommen häufig Fieber, Gliederreißen, Seitenstechen, Schwindsuchten, Wassersuchten, oder Schlagflüsse.

e) Macht er den Menschen wohlgemuth?

Nein; er macht übel, und die mehrsten Branntweinstrinker haben Magenweh, Kopfschmerzen, Uebelkeiten und Erbrechen.

f) Giebt er Kraft und Stärke?

Nein; obgleich der Branntewein in den ersten Augenblicken reizt, wärmt und ein Gefühl der Stärke giebt, so macht er doch bald nachher matt, schläfrig und schwach.

g) Macht er die Menschen arbeitsam und ordentlich?

Nein; der Branntewein macht faul und lüderlich.

h) Hilft er Wind und Wetter, und Frost ertragen?

Nein; er verursacht oft Erkältungen, und bey grosser Winterkälte macht der Branntewein sehr müde und schläfrig und setzt man sich zum Ausruhen nieder, so kann man leicht erfrieren.

i) Giebt er Frohsinn und Freude?

Nein; der Mensch wird durch den Branntewein betäubt, trübsinnig, mürrisch, verdrossen, jachzornig und zänkisch; und seine Freude, statt heiter, ruhig und sinnig zu seyn, artet in Lermen, Toben und Wüthen aus.

k) Bleibt der Mensch beym Branntweine gut und menschlich?

Nein; der Branntewein macht grob, roh, unempfindlich und hart; und ist der Mensch voll und toll

von Branntewein, so weiß er nichts von Menschlichkeit, und sein Zorn artet leicht in Wuth und in Grausamkeit aus.

l) Macht er den Menschen verständiger?

Nein; der Branntewein macht trunken und betäubt, und raubt dem Menschen Sinne und Verstand.

m) Verbessert und erhält der Branntewein den Wohlstand, die Tugend, das häusliche und eheliche Glück, die Kinderzucht und den Frieden der Menschen?

O! nein; wo Branntweintrinken in einer Familie herrscht, da ist gewöhnlich weder Wohlstand noch Tugend, weder häusliche noch eheliche Glückseligkeit, weder Kinderzucht noch Frieden; da ist Armuth, Noth und Elend zu Haus.

n) Sieht man, daß viele Menschen durch den Branntewein in Armuth und in Elend gerathen?

Ja, durch den Branntewein werden unzählige Menschen arm und elend.

o) Was wären also die Wirkungen des Branntweins?

Verkürzung des Lebens, Abnahme der Gesundheit, Krankheiten, Faulheit, Lüderlichkeit, Grobheit, Unmenschlichkeit, Dummheit, häusliches und eheliches Unglück, Verfall der Kinderzucht, Armuth, Noth, Elend und Laster.

(Ein [illegible] ger Mann, der Arzt Benjamin Rush, sagt: „die [illegible] en Getränke würgen mehr als das Schwerd, und „ergreifen beyde Geschlechter. Sie fressen die Güter durch „Unordnung und verderben die Tugend der Menschen. Kurz, „sie füllen die Kirchhöfe mit voreiligen Leichen, sie füllen die „Blutgerüste, die Gefängnisse und die Hölle.“)

199. a) Ja, meine Kinder, der Branntewein ist Schuld am Verfall der Menschen und Völker. Sagt mir, dürfen Kinder und unerwachsene Menschen Branntewein trinken?

Nein; Kinder und unerwachsene Menschen dürfen keinen

keinen Branntewein, auch nicht Einen Tropfen, trinken.

199. b) Warum auch nicht Einen Tropfen?

Weil man am ersten ein Brannteweinstrinker wird, wenn man in der Kindheit und Jugend den Branntewein hat schmecken lernen, und mit wenigem angefangen hat.

200. Was wird aus den Kindern, welche Branntewein trinken?

Kinder und unerwachsene Menschen, welche oft und häufig Branntewein trinken, kommen um ihre Gesundheit; ihr Körper bleibt klein und wird gebrechlich; ihr Geist wird unverständig und dumm; sie werden grob, faul, schlecht, lüderlich und lasterhaft; gewöhnen sich an den Trunk; und verderben an Körper und Seele.

201. a) Was sollten alle unerwachsene Menschen thun?

Alle Menschen, die das zwanzigste Jahr ihres Lebens noch nicht zurückgelegt haben, sollten den Branntewein, als ein Gift, meiden und fliehen.

201. b) Was sollten alle Aeltern und Menschen thun, und zur allgemeinen Sitte zu machen suchen?

Sowohl alle Aeltern, als alle erwachsene, verständige Menschen sollten es sich zum unve[illegible]lichen, heiligen Gesetze machen: den Mensch[illegible]ie das zwanzigste Jahr ihres Lebens noch nicht zurückgelegt haben,

1. keinen Branntewein, auch nicht Einen Tropfen, zu geben;

2. scharf und streng darauf zu sehen und zu halten, daß Menschen, die unter zwanzig Jahr alt sind, für sich oder heimlich keinen Branntewein trinken oder kosten; und

88 88

3. durch dieselben niemahls Branntewein hohlen oder bringen zu lassen, damit sie nicht in Versuchung geführt werden.

(Väter und Mütter! wollt ihr einen Gotteslohn an euren Kindern verdienen; so sorgt dafür, daß sie keinen Branntewein, auch nicht Einen Tropfen trinken.)

XIII. Vom Tobacke.

202. Ist das Tobackrauchen gesund?

Nein, das Tobackrauchen ist ungesund und unreinlich; vieler Speichel, der zur Verdauung so nothwendig ist, geht dadurch verloren; es schwächt die Eßlust; betäubt den Kopf; schadet den Zähnen; und vermindert den Sinn des Geschmacks.

(Anm. Auch das Tobackkauen ist sehr schädlich.)

203. Ist das Tobackschnupfen gesund?

Nein, das Tobackschnupfen ist ungesund und sehr unreinlich; es macht die Nase verstopft und voll von einem häßlichen, ausfließenden Schleime, es vermindert den so wichtigen Sinn des Geruchs, und verursacht oft einen übelriechenden Athem.

(„Das Schnupfen ist in Absicht der Unreinlichkeit noch schlimmer als das Rauchen" sagt Hufeland. — Auch vermehrt es in einem hohen Grade die Selbstsucht.)

204. Dürfen junge Leute Toback rauchen, oder schnupfen?

Nein; Kinder und junge Leute dürfen keinen Toback rauchen, oder schnupfen: es ist ungesund und häßlich.

XIV. Von der Bewegung und Ruhe.

205. a) Welchen Nutzen hat die körperliche Bewegung, Thätigkeit und Arbeit für den Menschen?

Die körperliche Bewegung, besonders in freyer Luft, bewirkt

bewirkt Hunger und Durst; sie hilft Essen und Trinken verdauen, und macht, daß es gedeiht; sie reiniget das Blut und den Körper, und erhält die Eingeweide gesund; sie giebt Ruhe und einen sanften Schlaf; und die körperliche Arbeit ist es, die dem Menschen blühende Gesundheit und langes Leben, die ihm Friede und Wohlseyn schenkt.

205. b) Welchen Schaden hat der Müßiggang?

Unthätigkeit und Müßiggang sind der Anfang aller Laster und die Ursache unzähliger Krankheiten.

206. Kann der Mensch sein ganzes Leben hindurch gesund und wohl seyn, ohne sehr viele körperliche Bewegung?

Nein; nicht ohne Zweck hat der Mensch einen Körper, und Hände und Füße; er sollte sie gebrauchen und arbeiten; und seine und seiner Nebenmenschen Glückseligkeit thätig befördern.

207. Kann man sich durch zu schwere Arbeit schaden?

Ja; wenn der Mensch seine Kräfte übermäßig anstrengt, so kann er sich Schaden *) thun; und wenn er anhaltend und in seiner frühen Jugend zu schwere Arbeit verrichtet, so wird sein Körper kraftlos, stumpf und vor der Zeit alt.

*) Besonders einen Bruch: ein großes Uebel, das dem Menschen sein ganzes Leben hindurch die empfindlichsten Schmerzen, ja oft den Tod, verursacht. Das männliche Geschlecht hat sehr viel häufiger Brüche, als das weibliche. In Deutschland sind wenigstens dreymahl hundert tausend (300,000) Menschen, und zwar männlichen Geschlechts, die Brüche durch die Bauchringe haben. 300,000 unglückliche Menschen! Was ist die vorbereitende Ursache, daß vorzüglich das männliche Geschlecht bey so manchen Gelegenheit, beym Heben, Tragen, Fallen, Knieen, Reiten, Ausglitschen, Springen, Husten, u. s. w. so leicht und so oft Bauchring-Brüche bekömmt? Ein Mißverhältniß in der Stärke der Bauchringe zu der Stärke des übrigen Körpers. Was sind die sich auszeichnenden Ursachen dieser widernatürlichen Schwäche der Bauch-

Bauchringe des männlichen Geschlechts und ihrer Brüche? Uebermäßiges, schwächendes Warmhalten und Zusammenpressen des Unterleibs durch die Beinkleider in den Jahren der Kindheit, die besonders noch, durch das feste Anliegen ihres Gürtels oder Bundes oberhalb der Bauchringe, den Muskeln und Sehnen des Unterleibs einen widernatürlichen und falschen Befestigungs- oder Ruhe-Punkt geben, und die darunter gelegenen Bauchringe gleichsam lähmen und unthätig machen: vieles Sitzen; und weil in den Jahren der Kindheit und Jugend, wegen Mangel an Bewegung und Uebung, die Muskeln und Sehnen des Unterleibs nicht recht gestärkt wurden und der Mensch in seiner Kindheit nicht lernte, sie recht geschickt zu gebrauchen. Wenn die Kinder männlichen Geschlechts vor dem neunten, oder besser vor dem zwölften, Jahre keine Beinkleider tragen, sondern in einem Kittel gehen, nicht viel sitzen, und durch viele und freye Bewegungen und Uebungen des Körpers, und durch freye, den Körper umgebende frische Luft die Muskeln und Sehnen ihres Unterleibs, die die Bauchringe bilden, stärken und sie recht geschickt und vollkommen gebrauchen lernen werden: so werden auch die Brüche, die bis jetzt eine so große, fürchterliche Hauptplage des männlichen Theils des Menschengeschlechts sind, nach und nach sich wieder verlieren. Dieß ist also für vernünftige Aeltern ein Hauptgrund mehr, ihre Kinder, wenigstens bis zum Ende des achten (oder besser des eilften) Jahrs mit einem Kittel zu bekleiden.

208. Kurz vor oder bald nach dem Essen sich viele, oder starke Bewegung zu machen, ist das gut und gesund?

Nein, vor und nach dem Essen sollte man ruhen; man ißt und verdaut alsdann viel besser, und wird zur Arbeit auch stärker.

209. Wie sollte die Bewegung der Kinder seyn?

Leicht, beynahe den ganzen Tag, und in freyer Luft.

210. Wie wird der Mensch recht thätig und arbeitsam?

Wenn er während der Kindheit seiner Selbstthätigkeit in Gesellschaft mit Kindern ist überlassen worden; und wenn er nachher *) zur Thätigkeit und zum Fleiße, zum Arbeiten und zum Denken von Aeltern und Lehrern sorgfältig angeleitet und streng angehalten wird.

*) Nach dem 11ten Jahre, wo er 24 große, starke Zähne hat.

211. Wenn der Mensch gearbeitet hat, was thut er alsdann?

So ruht er, und freut sich seiner gethanen Arbeit.

212. Kann er nicht auch ruhen, ohne gearbeitet zu haben?

Nein; der Mensch hat nur dann Friede, Ruhe und Freude, wenn er seine Schuldigkeit gethan, gearbeitet, und seine und seiner Nebenmenschen Glückseligkeit und das allgemeine Wohl besorgt hat.

XV. Vom Schlafen.

213. Wozu nützt das Schlafen?

Von der Bewegung oder der Arbeit vollkommen und sanft auszuruhen, und die verlornen Kräfte des Körpers wieder herzustellen.

214. Wie sollte der Schlaf des gesunden Menschen seyn?

Ruhig, ohne lebhafte Träume und erquickend.

215. Wann schläft der Gesunde ruhig und erquickend?

Wenn sein Körper von vieler Bewegung in freyer Luft müde und durch Speisen wieder gestärkt, und wenn in seiner Seele Friede und Ruhe ist.

216. Hängt viel ab von einem ruhigen Schlafe?

Ja, von einem ruhigen Schlafe hängt ein frohes, munteres Wachen, und Kraft und Lust zur Arbeit ab.

217. Welche Zeit ist zum Schlafen bestimmt?

Die Nacht; am Tage schläft man nicht so gut.

(Anm. Kleine Kinder, und alte Menschen schlafen oft am Tage.)

218. Sollten Kinder viel und lange schlafen?

Ja, Kinder sollten, da sie sich sehr viel bewegen, auch viel und länger, als Erwachsene, schlafen.

219. Kann man nicht auch zu viel schlafen, und schadet das?

Ja; wenn man nicht in freyer Luft sich viel bewegt

hat und nicht müde ist, und wenn man in verdorbener Luft und warmen Federbetten schläft, so schläft man gewöhnlich zu lange; und ein solcher langer Schlaf macht träge, weichlich, einfältig, schwach und kränklich.

220. Sollte man in kühler, frischer, reiner Luft schlafen?

Ja; und deßwegen sollte man nicht in warmer Luft oder in Wohnstuben, sondern in hohen, geräumigen Kammern schlafen, die frische, trockne Luft haben, und deren Fenster am Tage offen stehen und des Nachts durch keine Laden verschlossen werden sollten; man sollte keine Nachtlampen brennen lassen; und die Betten sollten weder Vorhänge,*) noch Betthimmel haben.

*) Wenn die Menschen nicht mit Sonnenaufgang, wie es seyn sollte, aufstehen, so müssen die Betten nach der Seite des Lichts, oder besser die Fenster, Vorhänge haben.

221. Ist es gut, auf und unter Federbetten zu schlafen?

Nein, es ist nicht gut. Die Federbetten machen den Körper, durch ihre Wärme und die in ihnen sich sammelnden bösen, unreinen, oft kranken Ausdünstungen, schwach und ungesund; und sie sind häufig eine Ursache von Flüssen, Kopf-, Zahn-, Ohren- und Gichtschmerzen.

222. Auf welchen Betten sollten Erwachsene schlafen?

Auf Betten von Pferdehaaren, Häcksel oder Stroh, und bedeckt von einer wollenen oder gesteppten Decke. Wenn man aber auf und unter Federbetten schläft, so sollte man sie im Sommer alle acht, und im Winter alle vierzehn Tage an die Luft bringen und ausklopfen. Das Bettleinen sollte oft mit reinem verwechselt werden.

223. Auf welchen Betten sollten Kinder schlafen?

Auf Betten von Pferdehaaren, oder von recht trocknem Stroh, Häcksel oder Moos, welche letztere oft erneuert werden sollten.

224. Warum sollten sie nicht auf Federbetten schlafen?

Weil die Federbetten den Kindern noch viel schädlicher, als den Erwachsenen, sind.

225. Was sollte man weiter beym Schlafen beobachten?

Man sollte nicht eher zu Bette gehen, als bis man müde ist, und gleich aus dem Bette aufstehn, so bald man erwacht.

226. a) In welcher Lage sollte man schlafen?

Füße, Unterleib und Brust sollten in gerader Linie oder gleich hoch, und der Kopf sollte nur auf einem handhohen Kissen liegen; und nicht auf dem Rücken oder Bauche, sondern abwechselnd auf jeder Seite, in einer etwas gekrümmten Lage, sollte man schlafen.

226. b) Ist es ungesund, in sitzender Stellung zu schlafen?

Ja; es ist sehr ungesund, besonders für Kinder und junge Leute, mit der Brust und dem Kopfe hoch und sitzend zu schlafen; und deßwegen ist es unrecht, die Betten zum Kopf, zur Brust und zu den Füßen, durch untergelegte kleinere Betten oder Pfühle, hoch zu machen, besonders für Kinder.

227. Ist es gut, wenn Kinder bey erwachsenen Menschen, oder wenn mehrere Kinder in Einem Bette schlafen?

Es ist gar nicht gut; der Athem und die Ausdünstung sind schädliche, ungesunde Dünste: jedes Kind und jeder Mensch sollte allein in seinem Bette schlafen, um eines gesunden und zugleich auch ruhigen Schlafs zu genießen.

(Anm. Wenn man allein in seinem Bette schläft, so schläft man am gesündesten ohne alle Kleidungsstücke; schläft man aber in Hemdern, so sollte man das am Tage getragene Hemd vor Schlafengehen verwechseln.)

228. a) Wenn ein Mensch in einem Bette krank gelegen hat, oder darin gestorben ist, was sollte man thun?

Man sollte die Betten mehrere Wochen in die freye

Luft

Luft aufhängen und ausklopfen; ist die Krankheit aber sehr bösartig gewesen, so wäre es am besten, die Betten zu verbrennen, oder tief in die Erde zu vergraben.

(Anm. Der englische Feldarzt Brocklesby erzählt, daß in einem Bette, worin ein Kranker an einem bösartigen Halsfieber (der Bräune) starb, ein zweyter und dritter Mensch, die darin zu liegen kamen, an der nehmlichen Krankheit starben.)

228. b) In fremden Betten, oder zusammen mit fremden Menschen schlafen, ist das oft gefährlich?

Ja, man kann dadurch oft mit der Krätze und andern bösen oder häßlichen Krankheiten angesteckt werden; und man sollte deßwegen in fremden, verdächtigen Betten unausgekleidet, und mit andern Menschen, von deren Reinheit und Gesundheit man sich nicht überzeugt hat, nicht zusammen schlafen.

XVI. Von den Wohnungen der Menschen.

229. Wie sollten die Wohnungen der Menschen, die Stuben und die Kammern, beschaffen seyn?

Die von Menschen bewohnten Stuben und Kammern sollten helles Licht und reine Luft haben und deßwegen nach der Mittags-Seite liegen.

230. Wenn die Wohnungen dunkel, dumpficht, naß und feucht sind, was schadet das?

Die Menschen werden in solchen Wohnungen ungesund und schwach, gichtig und krank; sie werden dumm und einfältig, verdrießlich und elend; und kleine Kinder werden in feuchten, dumpfichten Stuben blaß, sie schwellen, zehren aus und sterben.

231. Wann sind die Stuben naß und dumpficht?

Wenn sie tief in der Erde liegen; *) wenn die Wände

*) Wohnungen unter der Erde oder in Kellern sind, wenn sie nicht luftig und trocken gehalten werden, sehr ungesund.

de und der Fußboden kalt und feucht sind; und wenn die Sachen in den Stuben anlaufen und schimmlicht werden.

232. Wie kann man solche feuchte, tiefe Stuben verbessern?

Wenn man ihnen von aussen und innen vieles Licht und beständig frische, reine Luft verschafft, den niedrigen Fußboden erhöht, und die feuchten Wände frisch und trocken ausmauert.

233. Sollten Stuben und Kammern auch räumlich und hoch seyn?

Ja, sie sollten räumlich und hoch seyn.

234. Wie oft sollte man sie kehren und reinigen?

Man sollte sie alle Tage kehren und reinigen, beständig in Ordnung halten und jedes Jahr weißen lassen.

235. Warum sollte man dieß thun?

Weil die Ordnung und die Reinlichkeit in Stuben und Kammern sehr vieles sowohl zur Gesundheit, als zur Sittlichkeit der Menschen beytragen.

236. Ist es gut, die Stuben sehr warm zu erheitzen?

Nein; sehr warm erheitzte Stuben sind ungesund und sie geben Gelegenheit zu manchen Krankheiten.

(Anm. Der überall einreißende Holzmangel macht es zur Nothwendigkeit, mit dem Holze sparsam hauszuhalten. Der Brand von Steinkohlen und von Torf ist gar nicht ungesund.)

237. Darf man mit Holzkohlen in Feuerbecken die Stuben, die Schlafkammern, oder sich selbst erwärmen?

Nein; man wird davon elend, und kann ersticken.

(Anm. Die Feuer-Gieken oder -Stübchen sind der Gesundheit, vorzüglich des weiblichen Geschlechts, äußerst nachtheilig.)

238. Nasses Zeug in Stuben zu trocknen, oder Wasser in Stubenofen-Blasen warm zu machen, ist das ungesund?

Ja, es ist sehr ungesund und schädlich; denn die feuchten Dünste verderben gar sehr die Luft.

239.

239. Wodurch bekömmt man Frostbeulen?

Wenn man aus dem Kalten an den warmen Ofen, oder noch eher, wenn man mit nassen Händen oder Füßen in die kalte Luft geht, so kriegt man leicht Frostbeulen.

(Anm. Mit den Händen bald in heißes, bald in kaltes Wasser greifen, verursacht Schwielen und Fingergeschwüre.)

240. Wenn man ein Glied, einen Arm oder ein Bein, im Winter erfroren hat, was sollte man beobachten?

Man sollte nicht in die warme Stube, oder an das Feuer gehen; sonst ist der Arm oder das Bein verloren; sondern man sollte das erfrorne Glied in eiskaltes Wasser, worin man Schnee und Eis wirft, stecken, und so lange darin halten, bis es vollkommen wieder aufgethaut, und Leben und Gefühl hinein gekommen ist.

241. Wie sollten Kinder-Stuben beschaffen seyn?

Kinder-Stuben sollten immer helles Licht und reine Luft haben, und ordentlich und reinlich seyn; denn in solchen Stuben können die Kinder recht gedeihen, und gesunde, starke, fröhliche Menschen werden.

XVII. Von Erhitzungen und Erkältungen.

242. Wenn man durch heftige körperliche Bewegung, durch Arbeiten, Laufen, oder Tanzen sehr erhitzt ist, was darf man nicht thun?

1. Man darf nicht plötzlich zur Ruhe übergehen.

2. Man darf nichts Kaltes; und auch keinen Branntewein trinken.

3. Man darf die Haut und den Körper nicht der kalten Luft oder dem Winde aussetzen.

4. Man darf sich nicht kalt baden; und wird man naß geregnet, so darf man sich nicht niedersetzen.

5. Man

5. Man darf sich nicht auf kalten Erdboden, oder ins Gras setzen oder legen, und am wenigsten schlafen: sonst erkältet man sich, und man kann leicht Fieber, Brustentzündungen, Seitenstechen, Schwindsuchten, Ruhren, Gliederreißen und Gicht bekommen und seine Gesundheit, ja das Leben, verlieren.

243. Was sollte man denn thun?

Wenn man sehr erhitzt ist, so sollte man durch gelinde Bewegung sich erholen, und langsam zur Ruhe und zum Stillsitzen übergehen; man sollte, wo möglich, das Hemd und die Kleidungsstücke, die naß vom Schweiße sind, mit reinen, trocknen verwechseln und die Haut abreiben; und ist man wieder kühl und ruhig geworden, so sollte man langsam seinen Durst löschen.

244. a) Wenn der Mensch aber während der Arbeit großen Durst hat, darf er nicht kalt trinken?

Ja, das darf er zur Noth thun; er darf aber nicht zu viel auf einmahl trinken; und er muß, ohne zu ruhen, gleich fortfahren zu arbeiten, oder sich zu bewegen; sonst erkältet er sich und wird krank.

244. b) Wenn man von schwerer Arbeit, die man in bloßem Hemde verrichtet hat, nach Hause kehrt, was sollte man thun?

Man sollte die Kleider wieder anziehen, nicht aber in bloßem Hemde nach Haus gehen.

245. Wenn man sich erkältet hat, was sollte man thun?

Man sollte einige Tassen warmes Wasser, mit dem vierten Theil Essig vermischt, trinken, sich recht warm mit Kleidern bedecken, und durch starke Bewegung das Blut wieder nach der Haut treiben. Ist die Erkältung groß gewesen, so sollte man ein warmes Fußbad nehmen, Essig trinken und sich ins Bette legen.

(Hitzige Mittel zum Schwitzen einzunehmen, ist ungesund.)

246. Wenn die Füße, oder der Körper naß und kalt geworden sind, was sollte man nicht thun?

Man sollte die nassen Strümpfe oder Kleider nicht anbehalten, sonst kann man, früher oder später, Flüsse, Gliederreißen und Gicht dadurch bekommen.

247. a) Was sollte man denn thun?

Man sollte, sobald man nach Haus kommt, die nassen Kleider ausziehen, die Haut rein abwaschen und abtrocknen, und warme, trockne Kleider anziehen.

247. b) Warum sollte man die Haut abwaschen?

Weil die Haut, wenn man geschwitzt hat, oder naß geworden ist, von einem klebrichten Schleime bedeckt wird, der durch Verstopfung der Ausdünstung Flüsse und Krankheiten erregt.

248. Wie zieht man sich unmerklich, und nach und nach Flüsse, Gliederreißen, Gicht und viele Krankheiten zu?

Wenn die Ausdünstung des ganzen Körpers, oder einzelner Theile oft unterdrückt oder gehemmt wird; und das geschieht: durch Mangel an Bewegung; durch nasse, feuchte Wohnstuben oder Schlafkammern; durch Federbetten; durch nasse Kleider; durch eine klebrichte, unabgewaschene Haut, und durch Zugluft.

249 Sagt mir ein Beyspiel einer solchen Erkältung?

Wenn ein Mensch, zum Beyspiel mit dem rechten Arme, oft an einer Zugluft, oder an einer feuchten Wand sitzt, oder noch schlimmer, wenn er daran schläft; so bekommt er nach und nach einen Fluß und Gliederreißen in dem erkälteten rechten Arme.

250. a) Wodurch verhütet man Flüsse, Gliederreißen und Gicht?

Wenn man die Haut von der Kindheit an, durch Luft, Waschen und Baden stark, rein und kühl hält; wenn man den Körper in der Kindheit und Jugend nicht

nicht warm kleidet; und wenn man sich bey jeder Witterung und zu jeder Jahrszeit viel körperliche Bewegung in freyer Luft macht.

250. b) Was sollte man bey Tanz-Festen, wo manche Menschen durch Erhitzung und Verkältung Gesundheit und Leben verlieren, beobachten?

Jeder vernünftige Mensch, dem sein Leben lieb ist, sollte bey Tanz-Festen, welche niemahls die Mitternacht überschreiten dürften, **mäßig**, nicht aber zu lange oder zu heftig hinter einander tanzen, hitzige Getränke und Brannteweín vermeiden, oft ausruhen, beym Ausruhen sich aber vor Verkältungen hüten, nicht plötzlich in die Hitze kalt trinken, und den schwitzenden Körper nicht der kalten Luft aussetzen.

(Anm. Mäßiges Tanzen, von sittlicher Freude belebt, ist eine der heilsamsten Leibes-Uebungen zur Erhaltung der Gesundheit.)

XVIII. Von der Erhaltung einzelner Theile des menschlichen Körpers.

251. Welche Theile des Körpers sollte der Mensch mit der größten Sorgfalt gesund und brauchbar zu erhalten suchen?

Die Werkzeuge zu seinen fünf Sinnen.

252. Wodurch werden die Sinneswerkzeuge zum Sehen, Hören und Riechen gesund erhalten, geschärft und gestärkt?

Durch freye, reine Luft; und daß diese Sinne, die Kindheit hindurch, mehr im Freyen, als in Stuben, beständig und absichtlich gebraucht und geübt werden.

253. Was schadet überhaupt diesen dreyen Sinnen?

Das übermäßige Warmhalten des Kopfs durch Kopfbedeckungen; wodurch das Blut im Kopfe sich anhäuft, die Ausdünstung gehindert wird, und Flüsse und Geschwüre, Augen- und Ohren-Fehler entstehen.

(Anm. Der ungeheure Schaden, der durch die Kopfbedeckungen und ihre Folgen, Eitergeschwüre, Grind und Läuse, auf das Menschengeschlecht fließt, läßt sich nicht berechnen.)

254. Was schadet den Augen?

Blendendes, ungleiches und schnell abwechselndes Licht; wenn man viel in der Nähe oder schief von der Seite sieht; verdorbene Luft, Staub, Rauch, nasse Dünste, fette, scharfe Oehl- oder Lichtdämpfe, Ofenhitze, und angestrengtes Sehen in der Dämmerung.

255. Was schadet dem Gehöre?

Starker, scharfer und unerwarteter Schall und Knall, verdorbene Luft, Federbetten, Staub in den Ohren, vieler Schleim in der Nase, und wenn die Ohren an den Kopf angedrückt und unbeweglich sind. *)

*) Die Ohren stehen von Natür, um recht gut und scharf, wie die Indianer, zu hören, vom Kopfe ab und sie sind beweglich; durch die Mützen werden sie aber schon seit Jahrhunderten den Kindern an den Kopf angedrückt und unbeweglich gemacht.

256. Was schadet den Geruchswerkzeugen?

Verdorbene Luft, starke und faule Gerüche, und der, zum Theil davon entstehende, viele Schleim in der Nase; auch besonders Schnupftoback, und wenn man sich gewöhnt hat, durch den Mund Athem zu holen.

257. a) Wodurch wird der Sinn des Geschmacks erhalten?

Durch Reinhalten und Ausspühlen des Munds, durch Wassertrinken, milde Speisen und gutes Kauen.

257. b) Wodurch wird der Geschmack verderbt?

Durch Unreinlichkeit des Munds, durch Toback-Rauchen und Schnupfen, salzige Speisen und hitzige Getränke.

258. a) Wodurch wird das Gefühl erhalten und geschärft?

Durch häufige Uebung des Gefühls; durch freye, leichte Thätigkeit und durch Reinhalten der Haut.

258.

258. b) Was schadet dem Gefühl der Hände?

Wenn man bald in heißes, bald in kaltes Wasser greift, und die Hände weder schont, noch trocken und rein hält, so werden sie hart, schwielig und unempfindlich.

259. Sind die gewöhnlichen Uebungen der Sinne zu ihrer und des Verstandes Vollkommenheit hinlänglich?

Nein; man sollte die Sinne in der Kindheit nicht allein täglich und vielfältig, sondern auch künstlich und überdacht gebrauchen und üben, und man sollte einen Sinn durch den andern zu berichtigen und zu ersetzen suchen: um recht verständig zu werden und an keine Gespenster zu glauben. *)

*) Das Gesicht und das Gehör, besonders in der Nacht, können, wenn man mit Furcht urtheilt, trügen, und daher der dumme Glaube an Gespenster. Sind sie aber geübt, und geht man beherzt auf das, was man sieht oder hört, los, und faßt es mit den Händen; so wird man von dem Irrthume und dem dummen Glauben an Gespenster, Hexen und was des sinnlosen Zeugs mehr ist, befreyt. Den Kindern Mährchen und Gespenstergeschichten erzählen, und sie furchtsam machen, ist einer der größten, schädlichsten Fehler der Erziehung.

260. Wie erhält man die Haare in gutem Stande und rein von Ungeziefer und Grind?

Wenn man den Kopf unbedeckt trägt, die Haare weder schmiert, noch pudert, sie oft rein wäscht, und täglich mehrmahls durchkämmt.

261. Sollte man durch den Mund, oder durch die Nase Athem holen?

Man sollte nicht durch den Mund, sondern durch die Nase, Athem holen; man sollte deßwegen die Nase immer rein halten, keinen Toback schnupfen, in reiner Luft leben, und sich angewöhnen, im Schlafe mit verschlossenem Munde durch die Nase zu athmen. *)

*) Kant zeigte auch den großen Nutzen dieses Athemholens.

262. Giebt es auch noch andere Theile, die der Mensch mit der größten Sorgfalt sollte gesund zu erhalten suchen?

Ja, seine Zähne: denn die Zähne sind nicht allein zum Sprechen, sondern auch zum Kauen nothwendig; und vom Kauen der Speisen zu einem süßen Breye hängt zum großen Theile die Verdauung, die Ernährung, die Gesundheit und das Wohlseyn des Menschen ab.

(Anm. Die Zähne helfen auch, durch ihr Zusammenbeißen und das Anhalten des Athems, große Schmerzen ertragen.)

263. Was schadet den Zähnen?

Wenn man die Zähne zum Abbeißen und Kauen wenig, oder nur auf einer Seite gebraucht; wenn man oft dünne und heiße Speisen ißt; wenn man oft und viel Thee, Kaffee und warme Getränke trinkt; verdorbene Stubenluft; Unreinlichkeit; Tobacksrauchen; im Munde zurückgebliebene Speisen, besonders Fleischspeisen; wenn man geschwind nach einander warme und kalte Sachen in den Mund nimmt; Beißen auf Nüsse, oder sehr harte Körper; und wenn man mit Messern, Gabeln und Nadeln *) die Zähne stochert; das Alles verderbt die Zähne.

*) Kein Mensch darf Nadeln in den Mund nehmen; denn man kann sie leicht niederschlucken und davon sterben.

264. Wodurch erhält man die Zähne gesund?

Wenn man, von der Kindheit an, mit den Zähnen, und zwar abwechselnd auf jeder Seite, recht viel abbeißt und kaut; wenn man in reiner Luft lebt, kaltes Wasser trinkt, milchwarm oder kalt ißt, des Morgens beym Erwachen, nach jedem Essen und vorm Schlafengehen jedesmahl den Mund, die Gurgel und die Zähne mit kaltem Wasser und durch gelindes Reiben von allem Schleime vollkommen reiniget: so erhält man gute Zähne gesund und schön.

265. Wodurch bleiben die vordern Schneide-Zähne gesund?

Durch vieles Abbeißen, besonders trockner, fester Speisen und Brods. *)

*) Kinder müssen das, in Scheiben ihnen vorgeschnittene, Brod nicht entzweyschneiden, sondern mit den Zähnen abbeißen.

266. Sollte man auch die Milch-Zähne der Kinder gesund zu erhalten suchen?

Ja; denn die, dahinter versteckt liegenden, Bleibenden-Zähne leiden Schaden, wenn die Milch-Zähne nicht durch vieles Beißen und Kauen, und durch Reinlichkeit sind gesund erhalten worden.

267. Wenn man, von der Kindheit an, seine Milch- und nachher seine Bleibenden-Zähne nicht rein und gesund erhalten hat, kann man sie durch Arzneyen gesund machen?

Nein, das kann man nicht; einzig durch Reinlichkeit, durch Kauen, reine Luft und kaltes Wasser kann man schadhafte Zähne nothdürftig erhalten.

268. Was sind die Mittel, Zahnschmerzen zu verhüten?

Kauen, kaltes Wasser, reine Luft, Reinigung des Mundes, Kühlhalten des Kopfs, die Haare nicht schmieren und nicht pudern, und beym Erwachen und beym Schlafengehen das Gesicht in kaltem Wasser baden: dadurch verhütet man Zahnschmerzen.

269. Sollte man den Speichel bey sich zu behalten suchen?

Ja; der Speichel ist zum Kauen und Verdauen der Speisen äußerst nothwendig; und deßwegen ist das Toback-Rauchen oder -Kauen, wodurch vieler Speichel verloren geht, sehr schädlich; auch ist es sehr schädlich, wenn man beym Spinnen den Faden mit Speichel benetzt.

(Anm. Man sollte beym Spinnen mit Wasser, das durch Bier, Seife, zerstoßenen Leinsamen, Kleye, dünnen Mehlbrey, Stärke, Quittenkerne, Vogelleim, oder ein anderes Mittel, ist ge-

schmeidig und klebrig gemacht worden, den Faden benetzen. Und außerdem sollte man den Flachs oder das Werg, ehe man sie an den Wokken legt, recht von allem Staube und hölzernen Theilen, oder Schäben reinigen und ausklopfen; sonst fliegen diese scharfen Theile beym Spinnen durch das Athemholen in die Brust, und verursachen Husten, Dumpf, Schwindsucht.)

XIX. Von der Schönheit und Vollkommenheit des menschlichen Körpers.

270. Was müssen wir, als eine der wichtigsten Eigenschaften und als einen großen Vorzug des Menschen, noch besonders betrachten?

Die Schönheit des Menschen.

271. Worauf beruht seine Schönheit?

Auf der Gesundheit, *) der Ausbildung und der Vollkommenheit seines von Natur wohlgestalteten Körpers.

*) „Gesundheit, sagt Bertuch (J. d. L. u. d. M. März 1793 S. 189), ist für jedes Geschlecht, für jedes Alter, das einzige und unfehlbarste Schönheitsmittel; alle andere, die Thorheit, Betrug oder Selbsttäuschung erfand, sind elender Tünch, der wieder abfällt, und traurige Spuren seines Mißbrauchs hinterläßt. Die volle, schöne Blüthe der Jugend, die frische Farbe, die Ausbildung der ganzen Körper-Form, das freye und leichte Spiel der Muskeln, die Fülle der Adern, die klare, sanftgespannte, halbdurchsichtige Haut, der lebhafte, seelenvolle Blick des Auges, der allgemeine Frohsinn; kurz das ganze unaussprechliche Wonnegefühl, das Gesundheit des Leibes und der Seele über Mann, Weib, Jüngling, Mädchen, oder Kind ausgießt, giebt jedem menschlichen Körper einen Reiz, und eine Gabe zu gefallen, die ihm keine Kunst in der Welt gewähren kann."

272. Wodurch wird die Gesundheit vorzüglich erlangt?

Durch den freyen Gebrauch und die beständige Uebung des Körpers in den ersten eilf Jahren des Lebens, oder so lange das Kind noch Milchzähne hat.

273. Was ist außer diesem Gebrauche noch nothwendig?

Freye, reine Luft; Waschen und Baden; ein leichter, freyer Kittel zur Kleidung; reines, kaltes Wasser zum Getränk; und einfache, gute Speisen zur Nahrung.

274. Wodurch wird der Körper vollkommen ausgebildet?

Wenn der Körper, welcher in den ersten eilf Jahren, durch freye Selbstthätigkeit in allen leichten Bewegungen ist geübt worden, nach dem eilften Jahre durch Leibesübungen und körperliche Spiele in allen schweren Bewegungen unterrichtet und geübt wird. *)

*) Durch Leibesübungen und körperliche Spiele in freyer Luft, während der Jahre der Kindheit und Jugend, wird der, von Natur gesunde, Körper gleichsam wie gediegen und wie gediegenes Gold; jede Faser wird von Leben, Kraft und Wohlseyn durchdrungen; der Körper ist jetzt für das ganze Leben gestählt und gleichsam unverletzlich; und der Mensch ist nicht allein bekannt und vertraut mit seinem Körper und Meister über ihn, sondern es findet auch Gleichgewicht, Uebereinstimmung und Freundschaft zwischen Seele und Körper statt.)

275. a) Was wäre also zur vollkommnen körperlichen Ausbildung der Menschen nöthig?

Daß die größeren Kinder nach ihrem eilften Jahre in Leibesübungen und körperlichen Spielen unterrichtet und geübt würden.

(Man lese und befolge: die Spiele für die Jugend von Gutsmuths; die Gymnastik für die Jugend von Gutsmuths; und die Encyklopädie der Leibesübungen von Vieth.)

275. b) Welche Geschicklichkeit geben diese Uebungen?

Die große Geschicklichkeit und Kunst: alle körperliche Arbeiten in der kürzesten Zeit mit dem kleinsten Aufwande der Kräfte zu verrichten; oder leicht zu arbeiten.

276. Wie sollten die Kinder und die Menschen ihren Körper tragen oder halten?

Kinder sollten gerade, aufrecht, mit hoher Brust, aufgerichtetem Kopfe und verschlossenem Munde stehen

und gehen; und bey allen freyen Handlungen sollten die Menschen mit aufgerichtetem Körper und Kopfe gerade stehen, sitzen, sehen, sprechen oder zuhören.

277. Was ist daher sehr schädlich und verderblich?

Wenn man nachlässig, krumm und schief geht, steht oder sitzt; wenn man die Brust einzieht, den Kopf oder die Augen niederschlägt, den Mund aufsperrt, oder von der Seite sieht, spricht oder zuhört: hierdurch verliert der Mensch Kraft, Würde und Ansehen.

278. Sollten die Kinder angewöhnt werden, zu allen Handlungen mit Einer Hand die rechte Hand zu gebrauchen?

Nein, das ist unrecht; die Kinder sollten beyde Hände gut und geschickt gebrauchen lernen; nur sollte man darauf sehen, daß sie nicht links werden.

279. Was entstellt die Schönheit?

Wenn Kinder auf eine sehr unschickliche Art sich angewöhnen, mit dem Gesichte allerley wunderliche Mienen und Zerrungen, und mit dem Körper seltsame Geberden und Stellungen zu machen.

280. Beruht die Schönheit des Menschen nur auf der Gesundheit und Vollkommenheit seines Körpers?

Nein; Vernunft und Sittlichkeit sind der eigentlichste und beste Theil des Menschen; diese geben dem Körper, auf dem sie sich ausdrücken, Werth und Würde; und deßwegen sollte der Mensch, um eigentlich und vollkommen schön zu seyn, nicht allein am Körper, sondern auch am Geiste, an Vernunft und Sittlichkeit, ausgebildet und vollkommen seyn.

Zweyte Abtheilung.
Von Krankheiten.

XX. Von Krankheiten, Aerzten und Arzneyen.

281. a) Wenn die Menschen lebten, wie sie leben sollten, so würden sie wenigen, oder keinen, innerlichen Krankheiten ausgesetzt seyn; und die einfachen Krankheiten, denen sie allenfalls unterworfen wären, würde die Natur auch von selbst wieder heilen. Da die Menschen nun aber nicht so leben, sondern mannigfaltig irren, und auf vielfache Art ihrem Körper Schaden zufügen und in verwickelte Krankheiten verfallen: was sollte der Mensch, wenn er krank geworden ist, thun?

Der Kranke sollte sich ruhig und geduldig verhalten, der Natur folgen, und die Hülfe eines Arztes suchen.

281. b) Warum sollte der Kranke sich ruhig und geduldig verhalten, und der Natur folgen?

Weil auch die Krankheiten ihre Zeit und Ordnung haben; und weil die mehrsten Krankheiten doch größtentheils durch die im menschlichen Körper liegenden Kräfte geheilt werden.

(Ein weiser Mann, Michael Montaigne, sagte: „Laßt doch „ein wenig der Natur ihren Lauf; sie versteht ihre Geschäfte „besser, als wir. — Der Mensch muß gelassen die Gesetze „seines Daseyns ertragen.“)

281. c) Schadet Ungeduld und Furcht dem Kranken?

Ja; durch Ungeduld und Furcht werden Leiden und Krankheiten vermehrt und verschlimmert.

281. d) Welche Schuldigkeit liegt jedem Kranken ob?

Jedem Kranken liegt die Schuldigkeit ob, selbst und mit Hülfe eines verständigen Arztes den Ursachen seiner Krankheit wahrhaft nachzuforschen, und diese

Ursachen, die seine Krankheit unterhalten, vermehren, verlängern oder wiederbringen könnten, sorgfältigst zu vermeiden.

282. Welche Kenntnisse und Wissenschaften müßte der Arzt besitzen, um in Krankheiten helfen zu können?

Er müßte den so künstlichen Bau des menschlichen Körpers vollkommen kennen; und er müßte wissen: wie, auf welche Art und durch welche Ursachen der Mensch krank wird; die Natur und Beschaffenheit der Krankheiten; wie die Heilkräfte der Natur in Krankheiten wirken; und wie Arzneyen, deren Kräfte er kennen müßte, dazu beytragen könnten, daß eine Krankheit geheilt werde.

283. Kann man diese Wissenschaft des Arztes leicht, aus wenigen Büchern, oder durch Hörensagen lernen?

Nein; sie ist eine sehr schwere Wissenschaft, die man, von Jugend an und das ganze Leben hindurch, mit großem Fleiße und vieler Mühe erlernen muß.

284. a) Bey welchem Arzte sollte der Kranke also Hülfe suchen?

Bey einem verständigen, gelehrten und rechtschaffenen Arzte; nicht aber bey Quacksalbern.

284. b) Warum sollte der Arzt ein rechtschaffener Mann seyn?

Theils um den Armen unentgeldlich Hülfe zu leisten, theils um keinen Mißbrauch von der Leichtgläubigkeit der Menschen zu machen, die so gern und leicht an Wundercuren und Wunderarzneyen glauben und an den Wunderdoctor ihr Geld wegwerfen.

285. Welche Menschen hält man für Quacksalber?

Alle diejenigen, die nicht gehörig die Arzneywissenschaft erlernt haben; die aus dem Urine die Krankheiten sagen wollen; die von ihren Curen prahlen; die leicht-

leichtfertig jede Krankheit zu heilen versprechen; und alle diejenigen hält man für Quacksalber, die von der Obrigkeit nicht die Erlaubniß erhalten haben, die Heilung der Kranken zu ihrem öffentlichen, eigentlichen Geschäfte zu machen.

286. a) Kann man aus dem Urine die Krankheiten erkennen?

Nein, aus dem Urine allein kann man die Krankheiten und ihre Natur und Beschaffenheit nicht erkennen.

286. b) Wie geht es zu, daß manche sogenannte Doctor einfältigen Leuten aus dem Urine die Krankheiten sagen?

Theils durch Betrug, indem sie den Zustand des Kranken entweder durch andere Menschen, durch Verwandte und Bekannte ausgekundschaftet, oder durch Versteckung in Nebenkammern abgelauscht haben; und **theils durch Unverschämtheit**, indem sie wissen, daß man einfältigen Leuten nur etwas, und wäre es auch noch so dumm, vorzuschwatzen brauche, um sie daran glauben zu machen.

287 In jedem Lande findet man Hirten, Scharfrichter und andere unwissende Menschen, die sich gewöhnlich einen Schein der Heiligkeit geben, große und viele Worte machen, den Urin besehen, Kranke in die Heilung nehmen und aller Orten Glauben und Zulauf finden: ist es verständig gehandelt, bey solchen unwissenden Menschen Hülfe zu suchen?

Nein; es ist sehr unverständig; und die Menschen, die bey solchen Quacksalbern Hülfe suchen, beweisen dadurch, daß sie noch sehr unwissende, in ihrer Jugend schlecht unterrichtete, leichtgläubige Menschen sind.

288. Entstehen Krankheiten durch übernatürliche Ursachen, durch vorgebliches Behexen und Besprechen?

Nein; das ist ein ganz sinnloser, einfältiger Glaube:

Alles

Alles geht natürlich zu, und alle Krankheiten haben ihre natürlichen Ursachen.

289. Was ist von herumreisenden Operatörs, Bruchschneidern, Zahnärzten und Staarstechern zu halten?

Es sind meistentheils Großsprecher, denen es nur darum zu thun ist, den einfältigen Leuten das Geld abzunehmen, und dann weiter zu reisen.

290. Darf man von Schachtelkrämern, Balsamträgern und Arzneyhändlern, die im Lande herumstreichen, Arzneyen für Menschen und Thiere kaufen?

Nein; denn durch die Arzneyen dieser unwissenden Herumstreicher kann man leicht seine Gesundheit und sein Leben verlieren; nicht einmahl für Thiere darf man Arzneyen von ihnen kaufen.

291. a) Was ist von Hausmitteln und Hausarzneyen zu halten?

Wenig oder nichts; von Hundert ist kaum Eins gut. Die besten und allgemeinsten Hausmittel, die Gott dem Menschen gab, sind frische Luft und kaltes Wasser.

291. b) Giebt es gute Hausmittel gegen den tollen Hundsbiß?

Nein; keines dieser Hausmittel taugt etwas; wer von einem tollen Hunde gebissen ist, der wasche gleich die Wunde mit scharfer, lauwarmer Lauge aus und suche gleich die Hülfe eines verständigen Arztes.

292. a) Was ist von den universal und den geheimen Arzneymitteln gegen Krankheiten zu halten?

Nichts; man kann durch diese geheimen Arzneymittel, besonders gegen Fieber, leicht um Gesundheit und Leben kommen.

292 b) Was ist von den in Zeitungen und Flugblättern hochgepriesenen und attestirten geheimen Arzneyen zu halten?

Es sind fast immer die unverschämtesten Lügen.

292. c) Worauf geht alles Thun der Quacksalber hinaus?

Die leichtgläubigen Menschen, ohne zu fragen, ob es ihnen wehe thue, um ihr Geld zu betrügen; der vernünftige Mensch ist aber nicht leichtgläubig, er läßt sich nicht leicht betrügen, und denkt: traue, schaue, wem? —

292. d) Warum giebt es der Quacksalber und der Quacksalbereyen so viele?

Weil fast jeder Mensch über alle und jede Krankheiten spricht, Geschichten erzählt, Rath ertheilt, Hausmittel oder Arzneyen anräth, und den Arzt macht.

292. e) Thun die Menschen daran recht?

Nein; wer kein Arzt ist, der sollte so bescheiden seyn, über Krankheiten, von deren Beschaffenheit er doch nichts versteht, auch nicht zu sprechen, und noch viel weniger Hausmittel oder Arzneyen anzurathen.

293. Bey wem sucht man Hülfe in äußerlichen und innerlichen Schäden und Verletzungen?

Bey einem Wundarzte.

294. Ist die Wundarzneykunst eine schwere Kunst?

Ja, die Wundarzneykunst ist sehr schwer; und ihre Erlernung erfordert vielen Verstand, wissenschaftlichen Unterricht, großen Fleiß und große Kosten.

295. Wo sollte man die Arzneyen kaufen, die ein Arzt oder Wundarzt dem Kranken verordnet?

In Apotheken, die unter der Aufsicht der Obrigkeit stehen; und die durch Ordnung und Reinlichkeit, als gute Apotheken, sich auszeichnen.

296. Ist die Apothekerkunst auch schwer?

Ja; denn man muß viel und lange lernen, um die vielen Arzneymittel, und ihre Bestandtheile und künstlichen Zubereitungen zu kennen und zu wissen.

297.

297. Was ist ein Physikus, oder Land-Physikus?

Es ist derjenige Arzt, oder Doctor, welcher von der Obrigkeit ausdrücklich dazu bestellt ist, für die Erhaltung der Gesundheit durch öffentliche Anstalten, und für die Heilung armer Kranken zu sorgen; und der bey allgemein herrschenden und ansteckenden Krankheiten, z. B. Ruhr, Faulfiebern, von der Obrigkeit den Auftrag hat, im Lande herum zu reisen und die Erforschung und Heilung der Krankheit zu besorgen.

298. Zu welcher Zeit sollte man bey schweren und hitzigen Krankheiten einen Arzt brauchen?

Gleich vom Anfange an.

299. Wenn der Arzt einem Kranken Hülfe leisten soll, was muß er nothwendig wissen?

Er muß die Leibesbeschaffenheit und die Lebensart des Kranken kennen und die Natur und die Ursache der Krankheit wissen: man muß daher dem Arzte die Leibesbeschaffenheit und die Lebensart des Kranken vollständig entdecken, und ihm alle Zufälle, Zeichen und das ganze Befinden des Kranken, vom Anfange der Krankheit an, genau und richtig erzählen.

300. Was ist daher gut, ja nothwendig?

Daß der Arzt den Kranken sehe und spreche, und selbst die Natur und die Ursache der Krankheit erforsche.

301. Wenn das aber unmöglich geschehen kann?

So sollte man mündlich oder schriftlich durch einen verständigen Menschen, dem Arzte die Krankheit genau und vollständig berichten. *)

*) Anleitung zu diesen Berichten findet man in Bücking's Beytrag zur Zeichenlehre; im Noth- und Hülfsbüchlein Kap. 39. und in Struve's Krankenzettel.

302. Was sollte der Kranke, der einen Arzt braucht, thun?

Er sollte den Rath des Arztes über Lebensordnung, Essen

Essen und Trinken genau befolgen, und die, von ihm verordneten, Arzneyen treulich, ordentlich, zur rechten Zeit und im vorgeschriebenen Maaße gebrauchen.

303. **Kann eine schwere Krankheit gleich auf die erste Arzney besser, oder geheilt werden?**

Nein; auch die Krankheiten haben ihre Zeit und Ordnung; und so wenig als ein starker Baum auf den ersten Hieb fällt, eben so wenig kann oft eine schwere Krankheit durch die erste Arzney geheilt werden.

304. **Wenn denn die erste Arzney nicht gleich hilft, sollte man weiter Arzneyen, oder einen andern Arzt brauchen?**

Man sollte weiter, bis zum Ausgange der Krankheit, Arzneyen brauchen; und von einem verständigen Arzte nicht zum andern laufen.

305. **Ist es genug, wenn der Kranke Arzneyen einnimmt?**

Nein, es ist nicht genug; er sollte sich auch ordentlich halten: ohne ein gutes Verhalten helfen die Arzneyen allein nicht; und wenn man Geduld hat, die Ursachen seines Krankseyns erforscht und vermeidet, und eine gute Lebensordnung führt, so werden oft durch die großen Heilkräfte der Natur, ohne Arzneyen, viele Krankheiten geheilt.

XXI. Vom Verhalten in Krankheiten, vorzüglich in hitzigen Krankheiten oder Fiebern. *)

*) Diejenige Krankheit nennt man ein Fieber, bey welcher Frost, widernatürliche Hitze und ein widernatürlich veränderter Puls ist; wozu gewöhnlich Uebelbefinden, (oft Erbrechen) Mattigkeit, Angst und Schmerzen des ganzen Körpers oder einzelner Theile (oft Kopfschmerzen) kommen.

306. Kranke haben Schmerzen oder Angst, und sie können oft und in vielen Stücken sich nicht selbst helfen: wie, meine Kinder, sollten die Gesunden ihnen zur Hülfe gehen?

Liebreich und gutes Muths sollten die Menschen den Kranken zur Hülfe gehen; sie sollten sie mit großer, verständiger Sorgfalt warten und pflegen; und, so viel es möglich ist, die Leiden der Kranken zu vermindern suchen.

307. Darf man mit Kranken, die an schweren Krankheiten oder an Fiebern krank sind, viel reden, oder sonst Lärmen und Unruhe um sie machen?

Nein, man darf nicht viel mit Kranken reden; sondern es sollte still und ruhig um sie seyn.

308. a) Dürfen viele Menschen um den Kranken seyn, oder ihn besuchen?

Nein; die Luft wird durch den Athem und die Ausdünstungen gar sehr verdorben; und jeder Kranke sollte alle neugierige Besuchende abweisen lassen.

308. b) Sollte jeder Kranke sein eigenes Zimmer haben?

Ja; denn es ist sehr schädlich, wenn mehrere oder gar viele Kranke sich in Einem Zimmer befinden.

309. Wie sollte die Luft in der Stube, oder Kammer des Kranken beschaffen seyn?

Alle Kranke, vorzüglich alle Fieberkranke, sollten immer frische, reine, trockne Luft haben.

310 Ist frische Luft einem Kranken sehr nothwendig?

Ja, sie ist ihm unumgänglich nothwendig; die frische Luft ist das beste Mittel, den Kranken zu beruhigen, zu kühlen, zu stärken, und seine Angst zu vermindern.

311. a) Was sollte daher geschehen?

In der Stube, oder Kammer des Kranken sollte bey Tage fast immer ein Fenster geöffnet seyn; und

man

man sollte, um frische Luft einzulassen, des Tages öfters Thüren und Fenster zugleich aufmachen; dabey aber verhüten, daß kalte Zugluft den Kranken treffe.

311. b) Was schadet bey Fiebern eine verdorbene Luft?

Durch verdorbene Luft, besonders in Stuben, wo viele Kranke sind, werden die Fieber sehr bösartig, die Kranken verlieren alle Kräfte und sterben oft aus Schwäche.

311. c) Können Arzneyen den Schaden der verdorbenen Luft wieder gut machen?

Nein; die frische, reine Luft giebt dem gesunden und kranken Menschen solche Lebenstheile, die ihm keine Arzney geben kann.

312. Wie sollten die Stuben oder Kammern der Kranken beschaffen seyn, und gehalten werden?

Krankenstuben sollten hoch, groß, trocken und geräumig, nicht aber niedrig, enge, feucht und dumpfigt seyn; und sie sollten ordentlich und reinlich gehalten und von allem Staube und Unrathe täglich rein gekehrt und gefegt werden; auch sollten kein Sachen darin seyn, welche die Luft verunreinigen und verderben könnten.

313. a) Sollte es um Kranke hell, oder dunkel seyn?

Es sollte weder zu hell, noch zu dunkel seyn, sondern die Krankenstuben sollten ein angenehmes, gemäßigtes Licht haben.

313. b) In welcher Wärme sollte man Fieberkranke halten?

Die Oberfläche des Körpers sollte, durch eine leichte, bequeme Bedeckung, in einer nur mäßigen Wärme, nicht aber heiß, gehalten werden, und die Luft zum Einathmen sollte mehr kühl und frisch, als warm, seyn.

314. Wie sollte das Bett des Kranken beschaffen seyn?

Es sollte ordentlich und reinlich, nicht zu warm, das Oberbett nicht schwer, das Unterbett nicht zu weich, und das Bettleinen sollte rein seyn. Ist Stroh unter den Betten, so sollte man oft frisches, neues nehmen, das nicht feucht und übelriechend ist.

315. Ist es gut, wenn Fieberkranke auf und unter schweren, dunstigen Federbetten liegen?

Es ist wohl nicht gut; Fieberkranke sollten auf Betten von Pferdehaaren, oder, wenn sie diese nicht haben, auf guten, reinen Strohbetten liegen, und mit einer leichten Decke zugedeckt die Oberfläche ihres Körpers in mäßiger Wärme halten.

316. a) Dürfen zwey Kranke, oder ein Kranker und ein Gesunder, zusammen in Einem Bette liegen?

Nein; jeder Kranke sollte allein in seinem Bette liegen.

316. b) Worauf sollte bey den Betten jedes Kranken gesehen werden?

Daß die Betten, Decken, Tücher und Kleidungsstücke, auch das Stroh, von keinem kranken Menschen gebraucht und verunreiniget oder vergiftet, sondern rein seyen.

317. Darf man die Bettvorhänge rund um den Kranken zuziehen?

Nein; denn der Kranke hat alsdann keine frische Luft.

318. Sollte das Bett des Kranken täglich aufgelockert, und in Ordnung gebracht werden?

Ja; der Kranke sollte an jedem Tage, zu einer Zeit, wann er nicht schwitzt, aus dem Bette genommen, und das Bett in Ordnung gebracht werden.

319. Womit sollte ein Kranker bekleidet seyn?

Mit reinen, leichten, weiten, bequemen Kleidungsstücken ohne Druck und Zwang.

320. a) Sollte das Bettleinen, und das Hemd des Kranken mit reinem verwechselt werden?

Ja; man sollte das Bettleinen oft oder, wo möglich, an jedem Tage und das Hemd des Kranken täglich mit ganz reinem, das man vorher etwas erwärmt und weich reibt, verwechseln.

320. b) Ist diese Reinlichkeit sehr nützlich?

Ja, die Reinlichkeit erleichtert die Angst und die Leiden der Kranken, und sie trägt sehr viel zur Heilung der Krankheiten, besonders der Fieber, bey

320. c) Ist die Unreinlichkeit sehr schädlich?

Ja; die Unreinlichkeit macht das Krankseyn so schwer! und sie ist eine der vorzüglichsten Ursachen, daß viele Fieber oft sehr gefährlich und tödtlich und ansteckend werden

320 d) Sollte jeder Kranke sich auch waschen?

Ja; jeder Kranke, besonders der Fieberkranke *) sollte im Anfange wenigstens die Füße, wo nicht den ganzen Körper, und nachher an jedem Vormittage Hände und Gesicht mit lauwarmem Wasser rein abwaschen und mit warmen Tüchern abtrocknen.

*) Bey Ausschlägen, welche nach Fiebern erfolgt sind, kann man das lauwarme Waschen wohl einstellen.

321. Wie sollte das Bett stehen?

Es sollte an keiner kalten, feuchten Wand, und an keiner Zugluft stehen; und man sollte es so stellen, daß man den Kranken von beyden Seiten bequem warten kann.

322. a) Sollten Fieberkranke, die meistentheils heftiges Kopfweh haben, den Kopf warm halten?

Nein, sie sollten ihn kühl und unbedeckt halten; sonst mehrt sich das Kopfweh, und das Irrereden;

 und

STAATSBIBLIOTHEK BAMBERG

und ist es möglich, so sollte man die Haare zuweilen durchkämmen.

(Anm. Durch eine Binde, fest um den Kopf gelegt, werden Kopfschmerzen manchmahl vermindert.)

322. b) Darf ein Kranker an einem starken Fieber Kaffee, Wein oder Branntewein trinken?

Nein; er darf weder Wein, noch viel weniger Branntewein trinken; auch Kaffee ist schädlich.

322. c) Ist das viele Theetrinken der Kranken gut?

Nein; kein Fieberkranker sollte gewöhnlichen oder Kräuter-Thee, als beständiges Getränk, trinken; da die Menschen sich aber an warme Getränke gewöhnt haben, und es oft nicht gut ist, von Gewohnheiten ganz abzugehen, so könnten Kranke wohl des Morgens ein paar Tassen Thee trinken.

(Anm. Auch den Kindbetterinnen ist das viele Theetrinken sehr schädlich, ihr gewöhnliches Getränk sollte kaltes Wasser seyn.)

323. Was sollten Kranke, vorzüglich in hitzigen Krankheiten, und bey großem Durste, trinken?

Kaltes, reines Wasser, das einige Zeit an der freyen Luft in einem verschlossenen Gefäße gestanden hat.

324. Sollte man das Wasser zum Trinken etwas warm machen, oder vorher abkochen?

Nein, man sollte es nicht warm machen, und auch vorher nicht abkochen: denn erwärmtes oder abgekochtes Wasser hat seine guten, erquickenden Theile verloren, es löscht nicht den Durst, stärkt und beruhiget nicht, und taugt nicht für Kranke, die großen Durst haben.

325. a) Sollte man dem Wasser zum Trinken Essig oder saure Sachen zumischen?

In den mehrsten Fällen ist es besser, kaltes, süßes Wasser in größerer, als säuerliches in kleinerer Menge zu trinken.

325. b) Sollte man dem Wasser schleimige Sachen zumischen?

Nein; diese schleimigen Getränke löschen nicht recht den Durst, sie verderben den Magen, und lassen leicht Unreinigkeiten in ihm zurück.

326. a) Mögen Fieberkranke gern kaltes Wasser trinken?

Ja; kaltes Wasser, und frische Luft sind das beste Labsal eines Fieberkranken; sie stärken und beruhigen ihn, und vermindern seine Angst und seine Schmerzen.

(Nicht die Kälte des Wassers, die dasselbe im Magen bald verliert, sondern die luftartigen Theile, derer das Wasser durch das Erwärmen oder Kochen großentheils beraubt wird, sind es, die zum Leben so wohl des gesunden, als noch vielmehr des kranken, oft schwachen Menschen nothwendig sind, und die der Durst gebietend verlangt.)

326. b) Werden sie des Wassers zuweilen überdrüssig?

Ja; die Fieberkranken kommen aber bald zum kalten, reinen Wasser, als dem besten Labsal, wieder zurück. Zur Abwechselung kann man ein Stück geröstetes Brod in das Wasser stecken.

327. Sollten Fieberkranke vieles Wasser trinken?

Ja; Fieberkranke sollten so oft und so viel trinken, als sie Durst haben; und da sie manchmahl vergessen, das Trinken zu fordern, so sollte man ihnen oft zu trinken anbieten.

328. Erkälten sich Fieberkranke durch das kalte Wasser?

Nein; sie werden vielmehr davon warm, und gerathen oft nach dem Trinken des kalten Wassers in einen starken, wohlthätigen Schweiß; da sie bey warmen Getränken oft nur eine brennende Hitze ohne Schweiß haben.

329. Kann es Fälle geben, wo warme und andere Getränke heilsam seyn können?

Ja; so lange aber der verständige Arzt diese Fälle

 nicht

nicht bestimmt, so hält sich der Kranke an die Natur, und löscht seinen Durst mit kaltem Wasser.

---

330. Wenn ein Mensch sich nicht wohl befindet und zugleich keine Lust zum Essen hat, sollte er alsdann auch wirklich nicht essen?

Ja; wer keine Lust zum Essen hat, der sollte auch fasten; manches Uebelseyn verliert sich dann von selbst.

331. Haben Fieberkranke Lust zum Essen?

Nein; Kranke, die ein starkes Fieber, oder eine schwere Krankheit haben, verlieren alle Lust zum Essen.

332. a) Sollte man Fieberkranke zum Essen nöthigen?

Nein; das Nöthigen ist dem Kranken eine große Pein; und man sollte keinen Fieberkranken zum Essen nöthigen.

332. b) Warum sollte man sie nicht zum Essen nöthigen?

Weil sie die Speisen gewöhnlich nicht verdauen können; und weil unverdaute Speisen jede Krankheit, und besonders hitzige Fieber, gar sehr verschlimmern.

333. Welche Speisen pflegen dem Fieberkranken, wenn er selbst und aus eignem Triebe etwas verlangen sollte, zuträglich zu seyn?

Dünner Gersten- oder Haferschleim, Buttermilch, frische, reife, saftige Früchte, und Obst, Himbeeren, Kirschen, Weintrauben, gekochtes, frisches oder getrocknetes Obst, und andere milde Speisen, zu denen der Kranke wahre Lust hat und die ihm wohl bekommen.

334. Was sollten Kranke in Fiebern nicht essen?

Fleisch, Fleischbrühen, Butter, Eyer, Gebackenes, schwere Mehlspeisen, und unaufgegangenes Brod, sollten Fieberkranke nicht essen.

335. a) Wann bekommen Fieberkranke Lust zum Essen?

Selten eher, als bis das Fieber geheilt ist, und bis Ruhe und Schlaf sich wieder eingestellt haben. Und auch dann sollte man nahrhafte Speisen nur mäßig genießen und gut kauen.

335. b) Giebt es oft Fälle, wo den Kranken, die durch Hunger und Kummer vor ihrer Krankheit, oder durch die Krankheit selbst sehr von Kräften gekommen sind, Fleischbrühen und Wein, als Arzneyen, heilsam seyn können?

Ja; diese Fälle aber, wo Fleischbrühen und Wein, als Arzneyen, dem kraftlosen Kranken heilsam seyn werden, wird der verständige Arzt bestimmen.

336. Sollte man die Krankenstuben stark erheitzen?

Nein; heiße Stuben sind den Fieberkranken sehr schädlich; und man sollte deßwegen im Winter die Krankenstuben nur sehr gelind erwärmen.

337. Ist es gut, daß man bey Kranken räuchere?

Nein; das Räuchern, *) statt die verdorbene Luft zu verbessern, verderbt sie nur noch mehr; man sollte also immer für frische Luft und Reinlichkeit, nicht für Räucherwerk, besorgt seyn. Auch das Räuchern mit Essig taugt nichts.

*) Der menschenfreundliche John Howard, der bey Untersuchung der Gefängnisse, der Kranken- und Pesthäuser sein Leben für das Wohl der Menschen aufopferte, sagte: „der Gebrauch des Räucherns ist allezeit ein hinreichender Beweis von „Mangel an Reinlichkeit und Luftzug."

338. Ist es gut, daß man bey Fiebern, mit brennender Hitze, Hausmittel zum Schwitzen gebrauche?

Nein; durch diese Schwitzmittel wird die brennende Hitze der Kranken nur vermehrt, und hitzige Fieber werden dadurch oft noch stärker und gefährlicher.

339. Darf man bey vielen Fiebern zur Ader lassen?

Nein das Aderlassen ist eine wichtige Handlung

und bey vielen Fiebern schädlich; man sollte daher ohne auf Anrathen eines Arztes nicht zur Ader lassen.

340. Ist es überhaupt gut, daß viele Menschen in gesunden Tagen es sich zur Gewohnheit machen, jährlich ein- oder zweymahl zur Ader zu lassen?

Nein; es ist eine sehr böse Gewohnheit; wenn man gesund und wohl ist, so sollte man niemahls zur Ader lassen; das unnöthige Aderlassen schwächt den Körper und schadet der Gesundheit.

Moses 3 17, 14.: des Leibes Leben ist im Blute.

(Anm. Daß viele Frauen während der Schwangerschaft ein, oder mehrere Mahle zur Ader lassen, ist eine sehr böse Gewohnheit, die sowohl der Mutter, als dem Kinde, schadet.)

341. Sind Brech- und Laxier-Mittel bey vielen Fiebern gut und nützlich?

Nein; bey vielen Fiebern sind Brech- und Laxier-Mittel schädlich; man sollte sie also nur auf die Anordnung eines verständigen Arztes gebrauchen.

342. Ist Leibesverstopfung den Kranken schädlich?

Ja, bey Krankheiten und Fiebern ist Verstopfung zuweilen schädlich.

343. Wenn ein Mensch krank und zugleich verstopft ist, wodurch sucht man ihm Oeffnung zu verschaffen?

Gewöhnlich durch Klystiere.

344. Sind Klystiere nicht gefährlich, oder bedenklich?

Nein, das sind sie nicht.

345. Was ist von der Gewohnheit vieler Leute zu halten, des Jahrs einigemahle etwas zum Abführen einzunehmen?

Es ist eine sehr schädliche Gewohnheit: und die Arzneyen, die man, auf eine unvernünftige Art, von Herumstreichern und Schachtelkrämern zum Abführen kauft, sind meistentheils sehr gefährlich, ja zuweilen giftig.

346.

346. a) Sollte man Kinder manchmahl laxieren lassen?

Nein, das taugt nicht: und man sollte überhaupt die Kinder nicht durch Arzneyen, sondern durch gute Wartung und Pflege, und durch viele und tägliche Bewegung in freyer Luft gesund zu erhalten suchen.

346. b) Sollte man den Kindern nicht zuweilen Etwas gegen die Würmer geben?

Nein; in den mehrsten Fällen taugt auch das Wurm-Austreiben nichts; man giebt den Würmern viele Krankheiten schuld, die von andern Ursachen herrühren.

347. Ist es bedenklich, Spanische Fliegenpflaster bey Fiebern, Gliederreißen, und manchen andern Krankheiten zu legen?

Nein, Spanische Fliegenpflaster sind eben keine bedenkliche Sache; man kann sie, wenn sie nöthig sind, kleinen Kindern legen, und sie thun oft gar gute Dienste.

348. Ist es gut, daß man bey Wunden, Quetschungen und Geschwüren Pflaster und Salben gebraucht?

Pflaster und Salben sind sehr selten nützlich; sie stiften in den mehrsten Fällen, und besonders wenn sie alt, ranzig und verdorben sind, sehr vielen Schaden.

(Anm. Bey Geschwüren an den Füßen und beym Rothlaufe muß man sich besonders vor Pflastern und Salben hüten; sonst kann man dadurch sehr böse und langwierige Geschwüre bekommen.)

349. Was sollte man bey Wunden thun, wenn sie nicht sehr groß und tief sind, und wenn keine große Ader, und kein Eingeweide verletzt ist?

Man sollte die Wunde, ohne sie mit Wasser oder Branntewein auszuwaschen, mit einem trocknen, leinenen Tuche wieder zusammenbinden; das Blut, das besser als alle Pflaster und Salben ist, heilt alsdann die Wunde oft wieder zusammen, ohne daß sie eitert.

350. Was sollte man bey Quetschungen thun?

Man sollte halb Wasser und halb Essig mit leinenen Lappen immer kalt aufschlagen; so lindern sich die Schmerzen und das Blut vertheilt sich.

(Anm. Geringe Geschwüre sollte man nur reinlich halten und mit gezupfter Leinwand trocken verbinden.)

351. Wie kann man geringe Brandschäden heilen?

Wenn man die in der Anmerkung beschriebene Brandsalbe des Doctors **Hufeland** alle paar Stunden mit Tüchern aufschlägt.

(Anm. Brandsalbe: gutes, frisches Baum- oder Lein-Oel, Eyweiß und Rahm; von jedem dieser 3 Stücke gleich viel genommen, und alles wohl unter einander gemischt.)

XXII. Von allgemein, von örtlich herrschenden, und von eigenthümlichen Krankheiten.

352. Wenn in einer Gegend viele Menschen an Einer und derselben Krankheit krank sind, sollte alsdann der Gesunde Arzneyen, oder Präservationsmittel brauchen, der allgemein herrschenden Krankheit vorzubeugen?

Nein; Gesunde sollten niemahls Arzneyen brauchen.

353. Sollte man nicht etwas zum Laxieren, oder Brechen einnehmen, nicht Aderlassen, oder Schwitzen?

Nein; durch diese schwächenden Mittel zieht man sich die Krankheit eher zu, als daß man sie verhütete.

354. a) Darf man auch keine Magentropfen nehmen?

Nein; Magentropfen sind eher schädlich, als nützlich.

(Anm. Viele Menschen verfallen durch Unthätigkeit und durch schlechte Speisen in Magenschmerzen oder Koliken; sie suchen oft durch Brannntewein, oder Magentropfen, sich zu helfen, und verfallen dadurch, vorzüglich das weibliche Geschlecht, in ein unendlich größeres Uebel, in das Laster des Trunks.)

354. b) Sollte wohl die Ursache, daß so viele Menschen an der nehmlichen Krankheit leiden, in der freyen Luft, in Wind und Wetter, Regen und Sonnenschein liegen, und sollte man die freye Luft meiden?

Nein; die freye Luft, ausgenommen da, wo sie durch stehende und faulende Gewässer verderbt wird, hat selten oder wenigen Antheil an den allgemein herrschenden Krankheiten der Menschen; die Krankheiten und Zufälle, welche man so oft den Veränderungen der Luft schuld giebt, haben meistentheils Fehler in der Lebensart zum Grunde; und man sollte die freye Luft nicht meiden.

(Anm. In den verflossenen Jahrhunderten suchten die Menschen die Ursachen ihrer Krankheiten, ja ihrer Laster und Schicksale, in den Gestirnen, statt sie in sich zu suchen.)

355. Was sollte der Gesunde thun, der allgemein herrschenden Krankheit, oder ihrer Gefahr zu entgehen?

Er sollte sich im Essen ordentlich und mäßig halten, hitzige Getränke und Brannteweín meiden, große Reinlichkeit beobachten, sich viele körperliche Bewegung machen, sich recht vorsichtig vor Erhitzungen und Erkältungen hüten, und die wahrscheinliche Ursache der Krankheit zu erforschen und zu vermeiden suchen.

356. Sollte man nicht noch eine andere Vorsicht beobachten?

Ja; da allgemein herrschende Krankheiten oft ansteckend sind, so sollte man unnöthiger oder neugieriger Weise weder zu diesen Kranken und ihren Wärtern, noch in die Häuser dieser Kranken gehen.

357. c) Wenn Krankheiten, zum Beyspiel kalte Fieber, an einem Orte häufig und örtlich herrschen, und wenn stehende Gewässer und Sümpfe in der Nähe dieses Orts die Ursache dieser häufigen Fieber sind; was sollten die Menschen thun?

Sie sollten die stehenden Gewässer ableiten, und die

Süm-

Sümpfe austrocknen, so hören die Fieber auf; denn mit der Ursache fällt auch ihre Wirkung weg.

357. b) In großen Städten, in welchen die Menschen durch Wälle und Mauern, hohe Häuser und enge, krumme Straßen weder freyen Sonnenschein, noch freye Luft haben, und in welchen Unreinlichkeit herrscht, giebt es daselbst viele Krankheiten und Fieber?

Ja; wenn man aber in Städten mehr für freye Luft und Reinlichkeit sorgen wird, so werden ihre Krankheiten und Fieber auch abnehmen.

358. Wenn Handwerker und Künstler viel und oft von einer gewissen, eigenthümlichen Krankheit, zum Beyspiel Steinhauer von der Schwindsucht, Maler, Bergleute und Töpfer von der Bleykolik, befallen werden, was sollten sie thun?

Sie sollten als verständige Menschen, die gern gesund seyn und lange leben wollen, darauf denken; was die Ursache ihrer häufigen, eigenthümlichen Krankheit sey, und wie diese Ursache könne vermindert, oder vermieden werden.

(Anm. Diejenigen Menschen, von denen man in ihrer Kindheit schon voraus sieht, daß sie einstens viel sitzen werden, (als: das weibliche Geschlecht, sitzende Handwerker, Künstler und Gelehrte) müssen ganz vorzüglich in ihrer Kindheit, bis zur Zeit des vollendeten Abzahnens, oder dem zwölften Jahre sich frey und leicht sehr viele körperliche Bewegung in freyer Luft machen, und dazu besonders angehalten werden; damit ihr Körper stark werde, und damit das nachherige viele Sitzen ihrer Gesundheit und ihrem Leben nicht zu viel schade.)

XXIII. Von ansteckenden Krankheiten.

359. a) Ist die Zahl der ansteckenden Krankheiten groß?

Ja; wohl die Hälfte aller Krankheiten der Menschen entsteht durch Ansteckung, und wenigstens der vierte Theil der Menschen stirbt bis jetzt an ansteckenden Krankheiten.

359. b) Welche Krankheiten stecken vorzüglich an?

Blattern oder Pocken, Masern oder Rötheln, Scharlachfieber, Keichhusten, Friesel-, Fleck- und Faulfieber, Ruhren, und gewöhnlich auch diejenigen Krankheiten, die allgemein herrschen, und von einem Orte zum andern sich verbreiten, stecken leicht an. Auch das gelbe Fieber *) und die Pest, zwey der tödtlichsten Krankheiten, stecken sehr leicht an.

*) Am gelben Fieber, das oft in Westindien und in Nordamerika herrscht, starben 1793 in 4 Monaten zu Philadelphia 4042 Menschen.

359. c) Wodurch unterscheiden sie sich von einander?

1. Blattern, Masern, Scharlachfieber, Pest und einige andere Krankheiten entstehen einzig und allein durch Ansteckung.

2. Friesel-, Fleck-, Faulfieber und Ruhren entstehen theils durch Ursachen im Körper, theils durch Ansteckung.

360. Wie stecken diese Krankheiten an?

Durch die Berührung des ansteckenden Gifts, das sich am Kranken, oder an seinen Kleidungsstücken und andern Dingen befindet; und die letzteren Krankheiten stecken wohl auch durch die verderbte Luft an.

361. Was sollte man bey ansteckenden Krankheiten ganz vorzüglich beobachten?

Man sollte die Luft, sowohl in der Stube, als im Hause des Kranken beständig frisch und rein erhalten, am Tage immer ein Fenster offen stehen lassen, und oft Thüren und Fenster zugleich öffnen.

362. Was sollte man weiter beobachten?

Man sollte beym Kranken, in den Betten, in der Stube, und bey sich selbst die größte Reinlichkeit auf

das

das sorgfältigste beobachten; und die Krankenstube nicht warm erheitzen.

363. Was sollte man ferner thun, um sich vor der Ansteckung zu hüten?

Man sollte nicht nüchtern beym Kranken seyn; in der Krankenstube aber weder essen, noch trinken; man sollte durch Waschen und Baden seine Haut rein halten; und vorsichtig, gutes Muths und ohne Furcht den Kranken warten, und sich seiner treulich annehmen.

364. Wie sollten die Menschen, die den Kranken warten und pflegen, sich gegen ihre Nebenmenschen verhalten?

Sie sollten, um die ansteckende Krankheit oder Seuche nicht weiter zu verbreiten, eingezogen leben, unnöthigen Umgang mit andern Menschen vermeiden, und von Schulen *) und Kirchen sich entfernt halten. Diese Pflichten haben auch die Kinder, und alle übrigen Hausgenossen des Kranken.

*) In den Schulen werden durch die Kinder oft ansteckende Krankheiten weiter, über einen ganzen Ort, verbreitet.

365. Dürfen zu einem Kranken, der an einer ansteckenden Krankheit krank ist, viele Menschen zugelassen werden?

Nein; zu einem ansteckenden Kranken sollten, ausser den Menschen, die ihn warten und pflegen, keine andre Menschen zugelassen, und alle neugierige Besuchende sollten gleich, ohne alle Nachsicht, wie es die Pflicht erfordert, abgewiesen werden.

366. Warum sollte man einen ansteckenden Kranken nicht ohne dringende Noth besuchen?

Weil man nicht allein sich selbst der Ansteckung aussetzt, sondern das ansteckende Gift auch auf seine Nebenmenschen verbreiten kann.

367. a) Wenn ein Kranker an einer ansteckenden Krankheit gestorben ist, darf man ihn zur Schau ausstellen?

Nein, man sollte den todten Körper nicht zur Schau ausstellen; und man sollte ihn ohne Gefolge vieler Menschen begraben.

367. b) Wie könnte man verhüten, daß Krankheiten, die einzig und allein durch die Berührung ihres Gifts anstecken, nicht von einem Menschen zum andern, von einigen auf viele, von vielen auf alle verbreitet würden?

Wenn man gleich im Anfange die ersten Kranken von den Gesunden in besondere, für ansteckende Krankheiten bestimmte, Krankenhäuser absonderte: so würde die Verbreitung dieser, einzig und allein durch Ansteckung entstehender, Krankheiten verhütet und die Ausrottung derselben bewirkt werden.

367. c) Steckt nicht auch der Kopfgrind an?

Ja, der Kopfgrind steckt an.

368. a) Ist die Krätze eine böse Krankheit?

Ja; die Krätze ist eine sehr böse, häßliche Krankheit, die vieles Jucken und Kratzen, und viele Schmerzen verursacht, den Schlaf raubt, blaß und elend macht, und von Kräften bringt.

368. b) Gehört auch die Krätze zu den ansteckenden Krankheiten?

Ja; man wird leicht von der Krätze angesteckt, wenn man Krätzige, oder ihre Handtücher und ihr Zeug berührt, oder gar bey solchen unreinen Menschen oder in ihren Betten schläft.

369. a) Wie hütet man sich vor der Krätze?

Wenn man vorsichtig auf die Hände der Menschen, ob sie rein von Krätz-Ausschlag, Grind und Bläschen sind, sieht; und alle Gemeinschaft mit Krätzigen sorgfältigst vermeidet.

369. b) Wie wird manche Familie oft von der Krätze und andern Krankheiten angesteckt?

Indem man Menschen, Verwandte, Bekannte, Gesellen, Knechte und Mägde in die Familie aufnimmt, herbergt oder in seinen Betten schlafen läßt, ohne vorher zu untersuchen, ob sie auch rein von Krätze und andern ansteckenden Krankheiten sind.

369. c) Dürfen krätzige Kinder in die Schule gehen?

Nein; kein krätziges Kind sollte in Schulen aufgenommen werden.

370. Sind Salben bey der Krätze gefährlich?

In den mehrsten Fällen sind Salben zur Heilung der Krätze nothwendig, nur müssen sie von einem Arzte verordnet seyn und vorsichtig gebraucht werden. Salben aber und Waschwasser zur plötzlichen Vertreibung der Krätze, oder des Kopfgrinds von Quacksalbern sind sehr gefährlich und oft tödtlich.

XXIV. Von den Blattern oder Pocken.

371. Wornach richtet sich die Gefährlichkeit der Blattern?

Vorzüglich nach der Menge der Blattern. Bey wenigen Blattern ist wenige Gefahr, bey sehr vielen und zusammenfließenden Blattern ist viele Gefahr.

372. Was ist also gut?

Daß man wenige Blattern bekomme.

373. Welchen Verlauf und welche Zeiträume beobachtet man gewöhnlich bey den Blattern?

1. bis 4. Tag: Fieber (Kopfweh, Uebelkeit, Erbrechen, Rückenschmerzen, Schläfrigkeit) und (Ein oder ein paar Tage nachher) allmähliger Ausbruch der Blattern.

4. bis

4. bis 8. Tag: Wachsthum und Entzündung der Blattern.
8. — 12. Tag: Eiterung der Blattern.
12. — 16. Tag: Abtrocknung der Blattern.
Die Ansteckung ist gewöhnlich acht bis zehn Tage vor dem Eintritte des Fiebers geschehen; und vom 10ten bis 14ten Tage stellt sich manchmahl ein neues Fieber ein, bey welchem die mehrsten Kranken sterben.

374. Was darf man beym Fieber und Ausbruche der Blattern nicht thun?

Man darf die Blattern weder durch Wein, Branntewein oder Hitze und Schweiß erregende Mittel, noch durch heiße Stuben und warme Federbetten herauszutreiben suchen; denn durch diese unvernünftige Behandlung bekommt man sehr viele und sehr böse Blattern, die leicht tödtlich werden.

375. Was sollte man thun?

Man sollte während der Tage des Fiebers und des Ausbruchs der Blattern frische, reine Luft athmen; kaltes, unabgekochtes Wasser trinken; kein Fleisch und überhaupt nicht zu viel essen; und die Oberfläche des Körpers reinlich und in einer nur mäßigen Wärme erhalten.

376. a) Wenn die Blattern nun nach und nach durch das Fieber von selbst ausgebrochen sind, was sollte man im ganzen Verlaufe der Krankheit bis zum Abtrocknen thun?

Das Vorzüglichste ist: frische, reine Luft zum Athmen; kaltes Wasser zum Getränk; leichtverdauliche, gute, nicht fette Speisen und Suppen zur Nahrung; eine mäßig warme Bedeckung; und die größte Reinlichkeit.

376. b) Darf man Blatternkranken reine Wäsche geben?

Ja; sowohl beym Fieber und Ausbruche, als beym Eitern und Abtrocknen der Blattern sollte man den Kranken täglich reine Hemder und reine Betttücher, welche man vorher etwas erwärmt und weich reibt, geben; und man sollte in allen Stücken auf die größte Reinlichkeit sehen.

377. Ist es gut, daß man bey dem Fieber vor dem Ausbruche der Blattern, und während der ganzen Blatternkrankheit am Tage im Bette liege?

Nein, es ist nicht gut; am Tage sollte man sich, wo möglich, außer dem Bette halten; und die Betten sollten sehr reinlich und leicht, und nicht zu warm und dunstig seyn.

378. a) Was sollte man bey zugeschwornen oder verschlossenen Augenliedern genau beobachten?

Man sollte die zugeschwornen Augenlieder weder waschen, noch aus einander zerren, sondern stille zulassen; und wenn die Augenlieder bald von selbst wieder aufgehen wollen, so sollte man große Sorge tragen, daß in den ersten 4 bis 6 Tagen kein helles Licht in die Augen des Kranken falle.

378. b) Sollte man den Kindern die Hände verbinden, damit sie sich nicht kratzen können?

Nein; es ist eine abscheuliche Pein, Jucken zu haben und sich nicht kratzen zu können; man darf also den Kindern nicht die Hände verbinden.

378. c) Wodurch verhütet man häßliche Narben?

Durch frische Luft, kaltes Getränk, mäßig-warme Bedeckung, und die größte Reinlichkeit.

379. a) Welches sind die Ursachen, daß von drey oder vier Blatternkranken oft Einer so elend stirbt?

Das heillose Heraustreiben der Blattern, verderbte

Luft,

Luft, abgekochtes Wasser, heiße Stuben und Federbetten, Wein, Brannteweın und hitzige Getränke, erhitzende und schweißtreibende Mittel, Unreinlichkeit, und schmutzige Hemder und Betten: das sind die Ursachen, welche so viele Blatternkranke auf eine so elende Art um das Leben bringen.

379. b) Handelt jeder Blatternkranke unrecht, der einen Menschen mit seinem Gifte ansteckt?

Ja, er handelt sehr unrecht, wenn er einen Menschen mit den Blattern ansteckt; denn er macht den Gesunden nicht allein krank, sondern setzt ihn auch in Lebensgefahr.

379. c) Was folgt daraus?

Daß es die heilige Pflicht jedes Blatternkranken sey: ehe sein Körper von allen Geschwüren, Scharfen und allem Gifte der Blattern vollkommen rein und gewaschen und gebadet ist, weder zu Gesunden zu gehen, noch Gesunde, welche die Blattern nicht gehabt haben, zu sich kommen zu lassen.

379. d) Dürfen Menschen oder Kinder, die die Blattern nicht gehabt haben, zu einem Blatternkranken kommen?

Nein; sie dürfen nicht zu einem Blatternkranken kommen, denn sie könnten angesteckt werden und sterben.

379. e) Wenn aber ein Kranker wenige, gutartige Blattern hat, darf man nicht sich da gute Blattern holen?

Mit nichten; von den leichtesten Blattern kann man oft die schlimmsten bekommen und daran sterben. Kein Mensch kann die Zeit wissen, wann er die Blattern am besten bekömmt.

380. Da die Menschen in dem irrigen Glauben standen, daß die Blattern ein nothwendiges, unvermeidliches Uebel seyen; wodurch suchten sie die Blattern weniger gefährlich zu machen?

Durch die künstliche Ansteckung, oder durch die Einimpfung, Inoculation, der Blattern. Von hundert Eingeimpften stirbt oft nur Einer.

381. Entstehen oft Blatternseuchen durch die Impfung?

Ja; wenn man an Oertern, wo keine Blattern, oder gleich so bald nur einige Kranke da sind, einimpft, so werden dadurch oft Blatternseuchen, an denen viele Menschen sterben, veranlaßt.

382. Unter welchen Bedingungen kann wohl die Einimpfung sittlich und rechtlich erlaubt seyn?

1) Wenn der Einzuimpfende in offenbarer Gefahr ist, von den Blattern angesteckt zu werden; 2) wenn er geschickt zur Einimpfung ist; und 3) wenn er durch seine eingeimpften Blattern keinen seiner Nebenmenschen in die Gefahr der Ansteckung setzt.

383. Wo müßte die Einimpfung also nothwendig geschehen?

In eigenthümlich dazu bestimmten Blattern- oder Einimpfungs-Häusern, wo die Kranken von den Gesunden vollkommen abgesondert wären.

(Anm. In Frankreich und Holland ist die Einimpfung der Blattern in manchen Städten, um die Verbreitung dieser ansteckenden Krankheit zu verhüten, von der Obrigkeit verboten worden.)

384. Ihr habt Recht, Kinder: man darf nur in Blatternhäusern einimpfen; wer das Gegentheil thut, der handelt sehr unrecht gegen die menschliche Gesellschaft. — Was wäre der Einimpfung weit vorzuziehen?

Die Verhütung und Ausrottung der Blattern.

XXV. Von den Masern (Röthein).

385. Sind auch die Masern eine böse Krankheit?

Ja; an den Masern sterben sehr viele Menschen; oft, wenn dieselben schon heil sind, an bösen Folgen.

386. Was sollte man bey den Masern, die die Brust sehr angreifen, vorzüglich beobachten?

Man sollte, vom Ausbruche der Masern an, sich im Bette und mäßig warm zugedeckt halten; reine, kühle Luft athmen; zuweilen Hollunderblumen-Thee, gewöhnlich aber kaltes, unabgekochtes Wasser trinken; hitzige Getränke und Fleischspeisen meiden; sich vor Zugluft und Erkältungen hüten, und zur Schonung der Augen sollte es etwas dunkel in der Krankenstube seyn.

387. a) Wie sollte man sich nach überstandenen Masern, wo man sonst noch leicht schwindsüchtig, oder wassersüchtig werden, und sterben kann, halten?

Man sollte sich nach überstandnen Masern noch acht und mehrere Tage lang vor der freyen Luft und vor Erkältungen hüten, und sich warm halten und kleiden.

387. b) Sollte man bey dem Friesel- und Scharlachfieber mit bösen Hälsen eben so verfahren?

Ja; man sollte sowohl bey, als nach dem Friesel- und Scharlachfieber auf die nämliche Art, wie bey den Masern, verfahren.

XXVI. Von Verhütung und Ausrottung der Blattern oder Pocken, und der Masern.

388. Bis jetzt wird beynahe jeder Mensch in seiner Kindheit von den Blattern, oder Pocken, angesteckt. Sagt mir, meine Lieben, welche Leiden und welches Elend die Blatternkranken erdulden?

Die mehrsten Blatternkranken stehen, während ih-

der funfzehn- bis zwanzig-tägigen Krankheit, fürchterliche Angst und die größten Schmerzen, Qualen und Leiden aus; sehr Viele werden durch die Blattern ungesund, blind, taub, schwindsüchtig und lahm; und von zehn Blatternkranken stirbt unter den schrecklichsten Leiden gewöhnlich Einer, manchmahl sterben Zwey *)

*) In mancher Blatternseuche stirbt der 7te, 6te, 5te, 4te, und man hat Beyspiele, daß auch der 3te, ja der 2te Kranke gestorben ist. In Halle, das 20 bis 21 tausend Einwohner hat, starben im Jahr 1791 von 2,151 Blatternkranken 430, also der 5te, 280 litten Schaden an ihrer Gesundheit und 7 wurden blind. In einem Hospitale zu London kamen, ungeachtet aller Hülfe, vom Jahre 1746 bis 1763 von 6,456 Blatternkranken 1,643, also der 4te, ums Leben. Sie tödteten im Jahre 1723, vom Junius bis zum November, in Paris 13,350; und eben daselbst vom May 1798 bis zum März 1799 gegen 14,000; 1786 in Berlin 1,077; 1791 im Mecklenburg-Schwerinschen 2,695; 1784 in Amsterdam 3,000; 1754 in Rom mehr als 5,000; in 3 Jahren in Oberschlesien 5,584; von 1749 bis zu Ende 1759, in 11 Jahren, in Schweden 95,101 (hierunter waren auch Maserntodte); von 1650 bis 1750 in 100 Jahren, in London 152,401 Menschen. — Von 1728 bis 1759, in 30 Jahren, starben in London 734,8[illegible]6 Menschen, unter denen 58,89[illegible] Blatterntodte waren: der zwölfte Mensch wurde also daselbst von den Blattern getödtet.

389. Der wie vielste Mensch stirbt bis jetzt an den Blattern?

Der zehnte oder zwölfte Mensch.

390. Wie viele Menschen werden, ein Jahr ins andere gerechnet, jährlich in Deutschland von den Blattern auf die schrecklichste Art getödtet?

Siebenzig bis zwey und siebenzig tausend Menschen. *)

*) In dem einzigen Jahre 1796 zählte man in Deutschland nach unvollständigen Listen 67,[illegible]36, in den Preußischen Staaten 26,646 Blatterntodte. Die Blattern tödten jährlich: in den Österreichschen Staaten 63,000; in den Preußischen Staaten 25,500; in Pfalz-Bayern 6,000; in Sachsen 5,400; in Hannover 2,400; in Würtemberg 1,800; in Hessen-Cassel 1,500; in

in Spanien und Portugal 39,000; in Frankreich 96,000; in Großbritannien und Irland 36,000; in Italien 45,000; in der Schweitz 5,100; in Holland 6,000; in Dänemark und Norwegen 6,000; in Schweden 9,000; in Rußland 90,000; und in ganz Europa 450,000 Menschen.

391. Sind also die Blattern eine große Plage?

Ja; sie sind eine der größten Hauptplagen der Menschen, und eine Pest der hülflosen Kinder.

392. Wenn es möglich wäre, die Blattern zu verhüten, und auszurotten: sollten die Menschen sie wirklich verhüten, und ausrotten?

Ja; dann wäre es eine unerlaßliche Pflicht. *)

*) Es kann keinen Grund geben, die Ausrottung der Blattern, dieser mörderischen Pest der hülflosen Kinder, wenn sie möglich ist, aufzuschieben: — und sie ist möglich!

393. Sind die Blattern eine nothwendige Krankheit, und gehören sie zur eigenthümlichen Natur des Menschen?

Nein; da vor zwölf hundert Jahren die Menschen in Europa ganz und gar keine Blattern hatten, und doch gesund und wohl waren; so sind die Blattern keine nothwendige Krankheit, und so gehören sie auch nicht zur Natur des Menschen.

(Anm. Das Blatterngift ist wahrscheinlich in Afrika, das auch der Geburtsort und das Vaterland der Pest ist, zuerst entstanden. Vor ungefähr dreyzehn hundert Jahren hat man in Arabien die Blattern zuerst beobachtet, und von da haben sie sich durch die Ansteckung von einem Volke zum andern, nach und nach über die ganze Erde, am spätesten über weit entlegene Länder, verbreitet. 1518 wurde das Blatterngift aus Spanien zuerst nach Westindien, und einige Jahre später durch einen Gefährten des Pamphilo Narvaez nach Südamerika; im vorigen Jahrhundert nach Ostindien, und nach Nordamerika; 1702 nach Canada, 1733 aus Dänemark nach Grönland; und vor wenigen Jahren durch Engländer nach Neuholland in Australien gebracht. Vor dieser Zeit hatten die unzähligen Menschen dieser Länder und Welttheile keine Blattern, und sie waren ohne Blattern gesund.

394. Können die Blattern nicht vielleicht zur Reinigung des Körpers und zur Gesundheit dienen?

Nein; schwache und ungesunde Kinder überstehen

die Blattern oft besser und leichter, als starke und gesunde; und es streitet gegen die Vernunft, daß eine zufällige Krankheit, die den zehnten, ja oft den fünften Kranken tödtet, und die so viele Menschen ungesund, blind, taub, schwindsüchtig und lahm macht, zur Gesundheit dienen sollte.

395. Wodurch bekömmt der Mensch die Blattern?

Durch die Ansteckung. Wie der menschliche Körper die Fähigkeit oder Geschicklichkeit hat, die Pest, den Aussatz und den bösen Grind zu bekommen, so hat er sie auch, die Blattern zu bekommen: er bekömmt bey dieser Fähigkeit, oder Möglichkeit, die Blattern aber nur wirklich, wenn er vom Blattergift auf die Art berührt wird, daß dieß Gift ihn ansteckt. *)

*) Unsere Häuser haben die Fähigkeit, in Brand zu gerathen; sie gerathen aber nur wirklich in Brand, wenn sie von einem brennenden Körper so berührt werden, daß er sie anzündet. Unsere Häuser suchen wir gegen Feuersgefahr zu sichern; warum nicht unser Leben gegen die Blattern? weil wir aus Unwissenheit es bis jetzt nicht wollten!

396. Ist es nothwendig, daß der Mensch vom Blatterngift so berührt werde, daß es ihn ansteckt?

Nein; es ist eben so wenig nothwendig von Blattern-, als von Pest- oder bösen Grinds-Gift berührt und angesteckt zu werden.

397. Kann man die Blattern auch von selbst, durch besondere Lebensart, Essen und Trinken, Wind und Wetter bekommen?

Nein; man bekömmt sie einzig und allein durch die Ansteckung, oder Mittheilung des Blatterngifts.

398. Worin ist das ansteckende Blatterngift enthalten?

Im Blattereiter, er sey flüssig oder trocken; und dieser Eiter ist es, dessen Gift ansteckt. *)

*) Das im Blattereiter enthaltene Gift befindet sich, entweder

un-

unmittelbar am Blatternkranken, oder mittelbar an andern Menschen und Sachen, die vom Blattereiter eines Kranken sind verunreiniget und vergiftet worden; kommt man mit dem Blatterngifte des ersten, oder der letzten in wirkliche Berührung, so kann man angesteckt werden.

399. Kann die Luft die Blattern von einem Hause zum andern, von einem Orte zum andern bringen?

Nein; das kann nicht geschehen. Selbst die Pest wird durch die Luft nicht weiter verbreitet.

400. Kann die eingeschlossene Luft in den Stuben der Blatternkranken anstecken?

Dieß ist noch ungewiß; da man aber in diesen Stuben leicht mit Blatterngift in Berührung kommen kann, so sollte man sie sorgfältigst meiden.

401. Wie verbreitet sich eine Blatternseuche über einen Ort, wie verliert sie sich, und wie kommt sie wieder?

Im Anfange ist gewöhnlich nur Ein Mensch des Orts von fremdem Gifte angesteckt worden; dieser Eine oder Erste steckt in seinem Orte Einige an, diese Einigen stecken Mehrere, diese Mehreren Viele, und diese Vielen fast Alle an; alsdann verliert sich Gift und Seuche; und erst nach vier, fünf, sechs oder mehreren Jahren entsteht durch fremdes Blatterngift wieder eine neue Seuche.

*) Im April 1788 wurde von Buttstädt Blatterngift zum Einimpfen nach Weimar gebracht; im May wurden viele Kinder eingeimpft; im Junius waren Einige zufällig an den Blattern krank; im Jul. ungefähr 26, im Aug. 26, im Sept. 169, im Oct. 260, im Nov. 130, im Dec. 39; und von diesen 650 Blatternkranken starben 50. C. W. Hufeland.

Einzelne Pockenkranke, sagt der Professor J. C. W. Juncker, waren 1791 in unserer Stadt, Halle, schon im April. Erst im May aber wurde die Seuche merklich, und nahm immer mehr überhand. Am meisten wüthete sie in den Monaten Julius, Augustus und September, vorzüglich im August. Mit dem Jahre 1791 nahm sie hierauf immer mehr ab. (Die letzten 6 Kranken waren in zwey Vorstädten.) Im August war es nichts seltenes, daß in Einem Nachmittage 12 und mehrere Pocken-

todte begraben wurden. Wo man nur hinsah, traf man entweder auf Veranstaltungen zu Begräbnissen, oder auf weinende Gesichter, oder auf Eltern, die ein ähnliches Schicksal in Rücksicht der Ihrigen noch zu fürchten hatten. Bey Tausenden wurde das häusliche Glück unterbrochen, bey Hunderten auf kürzere oder längere Zeit gänzlich zerstört; bey Einigen auf immer.

402. Wo kam das Gift her, das den ersten Kranken des Orts ansteckte?

Von Blatternkranken fremder, gewöhnlich nahgelegener, Oerter.

403. Wodurch entstand die Seuche des Orts?

Durch den, oder die ersten Blatternkranken des Orts und durch die Nachlässigkeit der Menschen.

404. Verbreitet sich zuweilen eine Seuche nicht auf einmahl, oder plötzlich über einen Ort?

Nein; dieß ist wider die Erfahrung; im Anfange sind immer nur einige wenige Menschen von fremdem Gifte angesteckt, und von diesen Wenigen verbreitet sich das Gift, nach und nach, auf Alle. *)

*) Auch die Ärzte Sarcone, J. J. Pauler und Gatti bestätigen die allgemeine Erfahrung, daß jede Blatternseuche langsam durch einige, wenige Kranke, nicht aber auf einmahl, entstehe.

405. Wenn man an einem Orte es jedesmahl verhütete, daß die ersten, wenigen Blatternkranken die Gesunden nicht ansteckten; was würde das zur Folge haben?

Daß nie eine Blatternseuche an diesem Orte entstünde, und daß die allermehrsten Menschen vor den Blattern gesichert wären. *)

*) Hätte man z. B. 1791 in Halle ein Blatternhaus gehabt und hätte man die wenigen Menschen, die vom Blatterngift aus den umliegenden Oertern wären angesteckt worden, und deren Zahl sich höchstens auf 20 bis 30 würde belaufen haben, von der Gemeinschaft der Gesunden abgesondert; so würde man folglich 2125 Menschen von der schrecklichsten Krankheit, 280 von Leibesgebrechen, 7 von der Blindheit und 427 von dem schmählichsten Tode errettet haben.

406. Wer könnte es verhüten, daß nicht einige wenige Menschen eine Blatternseuche, und mit ihr Jammer und Tod, über eine ganze Gemeinde und über hülflose Kinder brächten?

Die Obrigkeit.

407. Wie könnte die Obrigkeit es verhüten?

Wenn sie Blatternhäuser errichtete; Vorsichtsregeln, sich und andere vor der Ansteckung zu hüten, *) bekannt machte; und das Gesetz gäbe: da, wo in einer Gemeinde keine Blatternseuche ist, jeden, der künftig an den Blattern krank wird, von der Gemeinschaft der Gesunden in das errichtete Blatternhaus abzusondern.

*) In Gemeinden, wo die Blattern allgemein sind, sollte man wohl den Blatternkranken den Austritt aus ihren Häusern verbieten; jedes Haus, worin sich ein Kranker befindet, sollte man mit der Inschrift „Blattern-Vergiftung — Hüte dich!“ bezeichnen; und man sollte jedem Kranken die vom Professor Juncker herausgegebene Pockentafel unentgeldlich geben.

408. Was müßte sie weiter thun?

Sie müßte auf das sorgfältigste für die Heilung, und für die Wartung und Pflege der, ins Blatternhaus abgesonderten, Kranken sorgen; und auf das vorsichtigste verhüten, daß von diesen Kranken kein Blatterngift sich verbreite, und die Gesunden nicht anstecke.

409. Könnten die Blatternkranken nicht in ihren eigenen Häusern von der Gemeinschaft der Gesunden abgesondert werden, und könnte man auf diese Art die Verbreitung der Blattern nicht verhüten?

Nein; das ist in den mehrsten Fällen unmöglich auszuführen, und hundertmahl schwerer, als die Absonderung in besondere Blatternhäuser, in denen die genaueste Ordnung, Reinlichkeit und Vorsicht herrscht.

*) Die Obrigkeit kann nicht annehmen, daß Menschen, die gegen

gen sich selbst unvorsichtig waren, gegen andere vorsichtig seyn sollten. Schon im Homer (Odyssee VIII. 351.) heißt es: „Elende Sicherheit giebt von Elenden selber die Bürgschaft."

410. Hat man Beyspiele, daß die Obrigkeiten Menschen, die ansteckende, bösartige Krankheiten hatten, von den Gesunden in Krankenhäuser absonderten?

Ja; man hat Pestkranke und Aussätzige, letztere in besondere Häuser, die man Lazarethe *) oder Siechenhäuser nannte, von den Gesunden abgesondert; und man hat dadurch die Pest und den Aussatz verhütet und ausgerottet.

*) Im 13ten Jahrhunderte hatte Europa 19,000, im Jahre 1215 hatte Frankreich allein mehr als 2,000, Lazarethe.

411. Finden wir nicht auch schon in den ältesten Zeiten Gesetze über die Absonderung ansteckender Kranken?

Ja; 3 B. Moses 13, 46. heißt es: und so lange das Mahl des Aussatzes an ihm ist, soll er unrein seyn, allein wohnen, und seine Wohnung soll außer dem Lager seyn.

412. Hat man auch schon Beyspiele, daß Blatternkranke, um die Ansteckung zu verhüten, von der Gemeinschaft der Gesunden abgesondert wurden?

Ja; in ganz Neu-England, *) das in Nordamerika liegt, und zehnmal hundert tausend Menschen hat, werden die Blatternkranken in Blatternhäuser von den Gesunden abgesondert.

*) Vorzüglich und am besten auf Rhode-Island.

413. Und was sind die Folgen davon?

Daß man in ganz Neu-England, vorzüglich auf Rhode-Island, nichts von Blatternseuchen und ihren Verheerungen weiß; nur einzelne, wenige Menschen werden, dann und wann, von fremdem Gifte angesteckt; da sie aber gleich abgesondert werden, so entstehen in diesem

diesem großen Lande niemahls Blatternseuchen, und sehr wenige Menschen haben daselbst die Blattern gehabt. *)

*) Die amerik. Aerzte B. Waterhouse und D. Ramsay bezeugen es.

414. Was ist also der Endzweck der Blatternhäuser?

Die ersten Blatternkranken in diese Häuser von den Gesunden abzusondern, und dadurch die Menschen und Völker vor Blatternseuchen zu bewahren, und den Blattern ein Ziel zu setzen.

415. Zu welcher Zeit sollte das Blatternhaus einer Gemeinde errichtet werden?

Wann keine Blattern in der Gemeinde sind.

416. Könnte man es nicht errichten, wann schon viele Menschen des Orts an den Blattern krank wären?

Dann würde es zu spät, und die Absonderung vieler Kranken würde äußerst schwer seyn.

417. Sollten auch Dörfer Blatternhäuser haben?

Nein; nur jede Stadt sollte ein Blatternhaus haben, und die umliegenden Dörfer sollten darzu gerechnet werden. Für 10, 15 bis 20 tausend Menschen würde Ein Blatternhaus vollkommen hinreichend seyn.

418. Werden viele Kranke in diese Blatternhäuser kommen?

Nein; es werden nur sehr wenige und einzelne Blatternkranke dann und wann hineinkommen.

419. Werden denn nach Errichtung der Blatternhäuser nicht alle Menschen die Blattern bekommen?

Nein; statt daß bis jetzt beynahe jeder Mensch von den Blattern angesteckt wird, so wird nach Absonderung der ersten Kranken nur der tausendste und künftig gar kein *) Mensch angesteckt werden.

*) Wenn nämlich, wie es gewiß geschehen wird, weit und breit die Blattern verhütet und ausgerottet sind.

420.

420. Müßten die Blatternhäuser groß und weitläuftig seyn?

Nein; es wäre hinreichend, wenn sie Raum und Anstalten für zehn Kranke hätten.

421. Werden die Blatternhäuser nicht sehr kostbar seyn?

Nein; da nur sehr selten und sehr wenige Kranke hineinkommen, und viele tausend Menschen zu den Kosten beytragen werden; so werden die Kosten für jeden einzelnen Menschen sehr gering seyn.

422. Und da bis jetzt beynahe jeder Mensch, nach Errichtung der Blatternhäuser aber wohl nur der Tausendste, und künftig gar Keiner die Blattern bekömmt; und statt daß jetzt der Zwölfte, künftig kaum der Zehntausendste und bald gar Keiner an den Blattern stirbt, was folgt daraus in Rücksicht der Kosten?

Daß die Menschen durch die Blatternhäuser tausendmahl weniger Kosten haben werden, als sie jetzt haben, *) und künftig gar keine.

*) Im Jahr 1787 tödteten die Blattern in Berlin 1,077 Menschen, und 10,000 waren wohl daran krank. Für die bloßen Begräbnißkosten von 1,077 Menschen hätte man einige Blatternhäuser errichten, und durch Absonderung der Ersten Kranken hätte man beynahe 10,000 Menschen vor dieser so schrecklichen Krankheit bewahren, und beynahe 1,077 Menschen das Leben retten können.

423. Werden im Anfange manche Aeltern sich nicht weigern, ihre Kinder in das Blatternhaus zu bringen?

Im Anfange kann es aus Irrthum vielleicht geschehen; da sie aber bald einsehen werden, daß für die Kranken im Blatternhause eben so gut, wo nicht besser, als im älterlichen Hause gesorgt werde; und daß durch die Absonderung einiger weniger Kranken viele hundert, ja tausend Menschen vor den Blattern bewahrt werden, so werden sie die Gesetze der Obrigkeit ohne Weigerung willig und gern, und wie es ihre Schuldigkeit ist, befolgen.

*) Von den Veranstaltungen auf der Insel Rhode-Island in Nordamerika, wo die Blatternkranken auf eine nahgelegene Insel,

Insel, Coasters-Harbour, gebracht werden, sagt der Doctor Benjamin Waterhouse: „die Furcht vor dieser Krankheit macht, daß das Volk sie mit Vergnügen befolgt. Ein „Fremder wird vielleicht glauben, daß dieses nicht so gewissenhaft erfüllt werden könnte, ohne dem Volke Gewalt anzuthun; aber dieß ist nicht der Fall. Denn die einhellige „Stimme des Volks und der Obrigkeit giebt dieser Anordnung „die gewünschte Wirkung, so daß sie mehr eine Volks-Gewohnheit zu seyn scheint, als eine Einschränkung durch Gesetze."

424. Ihr sagtet vorher, daß in Deutschland jährlich siebenzig tausend Menschen von den Blattern getödtet würden; wessen Alters sind diese Menschen?

Größtentheils kindlichen Alters.

425. Können Kinder sich helfen, und Anstalten machen, die Ansteckung der Blattern von sich abzuwenden?

Nein; Kinder sind hülflose Geschöpfe.

426. Wer kann den Kindern helfen?

Die Aeltern und die Obrigkeiten.

427. Was folgt in Rücksicht der Blattern aus der Hülflosigkeit der Kinder, und der, den Aeltern und der Obrigkeit obliegenden, Pflicht, den Kindern zu helfen?

Daß es, um die hülflosen Kinder vor den Blattern zu bewahren, eine heilige, unerläßliche Pflicht sey, die ersten Blatternkranken an jedem Orte von der Gemeinschaft der Gesunden in Blatternhäuser abzusondern.

428. Können wir hoffen, daß in einer Stadt, oder in einem Lande der Anfang zur Verhütung der Blattern, durch Absonderung der ersten Kranken in Blatternhäuser, bald werde gemacht werden?

Ja, dieß können wir wohl mit Zuversicht hoffen.

429. Wenn die Obrigkeit einer Stadt oder eines Landes den Anfang gemacht hat, die Blattern zu verhüten: kann man mit Gewißheit voraussehen, daß die Obrigkeiten anderer und der nächstliegenden Länder diesem Beyspiele folgen werden?

Ja; dieß wird gewiß geschehen. *)

*) In viel dunkleren Zeiten verbreitete sich die Buchdruckerkunst wie ein Lauf-Feuer über Europa: in zwanzig Jahren hatten fast alle Länder Buchdruckerpressen — und noch geschwinder werden sie Blatternhäuser haben.

---

420. Und wenn dann so eine Obrigkeit der andern, ein Land dem andern durch ganz Europa folgte; so würde alles Blatterngift erlöschen — die Blattern, freuet euch mit mir, meine lieben Kinder! wären ausgerottet — und welche Folgen würde das auf Deutschland und auf Europa haben!

Das Menschengeschlecht wäre von der größten, schrecklichsten Krankheit und von unendlichen Leiden befreyt; es würde jährlich in Deutschland siebenzig tausend, in Europa viermahl hundert tausend Menschen, größtentheils hülflosen Kindern, das Leben gerettet; und das zahlreichere Menschengeschlecht würde sich sehr vervollkommnen und sittlicher werden.

Anweisung

zur Verhütung und Ausrottung der Blattern.

„Wo ist die Mutter, der nicht in bangevoller Ahnung der „Zukunft der Wunsch aufgestiegen wäre, daß eine gänzliche „Abwendung der Blattern möglich seyn möchte? Wo der Men„schenfreund, dem nicht der bloße Gedanke dieser Möglichkeit „das Herz heben, und jeden Nerven zu reger Mitwirkung auf„bieten sollte?" C. W. Hufeland.

1. Die Vernunft der Menschen und Völker wird durch eine meisterhafte, wohlfeile Volksschrift *) (über die Natur und die verheerenden Wirkungen der Blattern; **) über die Möglichkeit und die Pflicht, die Blattern zu verhüten und auszurotten; über die Kennzeichen derselben, durch gemalte Kupferstiche erläutert; durch welche Vorsichtsregeln jeder Mensch die Ansteckung der Blattern müsse zu verhüten suchen; und daß die öffentliche und allgemeine Sicherheit es zur unerlaßlichen Pflicht mache, jeden Blatternkranken von der Gemeinschaft der Gesunden abzusondern) unterrichtet und belehrt.

*) Dieser Volksschrift könnte der Kupferstich eines, an bösartigen Blattern sterbenden, Kindes vorgesetzt werden.

**) Man sollte in jedem Lande die an den Blattern Verstorbenen (wo möglich auch die Kranken) aufzeichnen, zählen und öffentlich im Lande und in des Professors Juncker Archiv wider

der die Pockennoth bekannt machen lassen. Die Städte Augsburg und Breslau zählten schon im vorigen Jahrhundert ihre an der Pest Verstorbenen und „diese beyden Städte, wie der „Leibarzt Möhsen (S. 72) sagt, sind eher von der Pest befreyt worden, als alle andere Städte in Deutschland.“

2. Außerhalb und in der Nähe der (jeder) Stadt wird ein Haus, nebst Nebengebäude und Garten, für Blatternkranke errichtet, und es wird mit den nöthigen einfachen und reinlichen Hausgerathen versehen;

3. Alle Einwohner der Stadt und der umliegenden Dörfer und Höfe gehören zu diesem Blatternhause.

4. Es wird das Gesetz gegeben: daß jeder Mensch, der im bestimmten Bezirke eines Blatternhauses an den Blattern krank werden sollte, unverzüglich von der Gemeinschaft der Gesunden in das Blatternhaus abgesondert werde. Sollten aber die Blattern, ehe das Blatternhaus vollendet war, in seinem Bezirke schon allgemein verbreitet und viele Menschen daran krank seyn; so kann die Absonderung während dieser (letzten) Seuche nicht Statt finden, *) sondern sie muß in der Zukunft geschehen.

*) Das zu spät fertig gewordene Haus kann vortreflich zur Einimpfung genützt werden.

5. Es wird eine eigene Obrigkeit, die aus menschenfreundlichen, aufgeklärten Aerzten und Männern besteht, über die Blattern und die Blatternhäuser angesetzt; und bey jedem Blatternhause wird zur besondern Aufsicht ein Arzt, ein Wundarzt und ein Aufseher, welcher letztere im Nebengebäude wohnt, angestellt.

6. Herrschen Blattern in der Nähe des Orts oder des Landes, wo Blatternhäuser sind, und wo die Absonderung jedes Blatternkranken Gesetz ist; so werden die Menschen dieses Orts oder Landes von der Gefahr öffentlich benachrichtiget und ernstlich ermahnt, durch genaue Beobachtung der Vorsichtsregeln sich und andere vor der Ansteckung der Blattern zu hüten. *)

*) Handel und Wandel werden im geringsten nicht gestört.

7. Wird ein Mensch, er sey jung oder alt, arm oder reich, einheimisch oder fremd, und jedes Religions Glaubens, im bestimmten Bezirke des Blatternhauses an den

Blattern, *) die daselbst nicht allgemein sind, mehr oder weniger krank; so wird er, ohne alle Nachsicht, dem gegebenen Gesetz gemäß, gleich in das Blatternhaus gebracht.

*) Die Kennzeichen der Blattern sind durch die Volksschrift allgemein bekannt: ist man ungewiß, so muß der Arzt des Blatternhauses es entscheiden.

8. Kommt der Kranke in das Blatternhaus; so legt er vorher im Nebenhause alle seine Kleider ab, und zieht reinliche Kleider und ein reines Hemd an.

9. Die abgelegten Kleider und das Hemd werden rein gewaschen, und in die freye Luft gehängt.

10. Der Kranke genießt im Blatternhause, durch angestellte und unterrichtete Wärter, oder Wärterinnen, die beste, reinlichste, sorgfältigste Wartung und Pflege, Nahrung und Kleidung, Aufsicht und Unterhaltung, und allen Beystand und alle Hülfe des Arztes und Wundarztes des Blatternhauses. *)

*) Wenn ein Kranker mehreres Vertrauen zu einem andern Arzte, oder Wundarzte hat, so kann er sich dessen Hülfe bedienen.

11. Jeder Kranke hat im Blatternhause Alles frey.

12. Wer die Blattern sich will einimpfen lassen, muß es im Blatternhause thun; sonst ist es nicht erlaubt.

13. Kein Mensch, der die Blattern nicht gehabt hat, wird in das Blatternhaus gelassen.

14. Auch keiner, der mit Kranken nicht verwandt ist, oder nicht nothwendig mit ihnen zu sprechen hat.

15. Aeltern können ihre Kinder, und Freunde ihre Freunde warten, wenn sie selbst die Blattern gehabt haben, oder sich einimpfen lassen.

16. Kein Mensch darf in das Blatternhaus kommen, und Keiner der darin Wohnenden darf herausgehen, ohne Vorwissen und ohne auf den ausdrücklichen Erlaubnißschein des Arztes.

17. Alle, die ins Blatternhaus kommen, Kranke zu besuchen, müssen es in Gegenwart des Arztes, Wundarztes, oder Aufsehers thun; und sie dürfen weder den Kranken anrühren, noch sich niedersetzen.

18. Der Arzt und der Wundarzt des Blatternhauses, die die Kranken berühren, müssen die größte Vorsicht beobachten, daß durch sie kein Gift verbreitet werde.

19. Die angestellten Wärter oder Wärterinnen *) des Blatternhauses, auch die Aeltern, die ihre Kinder, und die Freunde, die ihre Freunde warten, dürfen wenig oder gar nicht, und nicht heimlich aus dem Blatternhause gehen. Wenn sie aber auf den Erlaubnißschein des Arztes ausgehen, so müssen sie jedesmahl vorher in den Bädern des Nebenhauses über dem ganzen Körper sich baden und reinigen; und reine, unangesteckte Kleider anlegen.

*) Die vorläufig unterrichteten Wärter und Wärterinnen werden nur dann angestellt, wenn Kranke im Blatternhause sind.

20. Zwanzig oder dreyßig Tage nach dem Ausbruche der Blattern, wenn sie vollkommen geheilt sind, und wenn die Haut, über dem ganzen Körper und unter den Haaren des Kopfs, ganz ohne alle Blattern, Schorfe, oder Geschwüre ist, auf den Gesundheitsschein des Arztes, wird der von den Blattern Genesene — nachdem er vorher in dem Nebenhause vom Kopfe bis zu den Füßen, über dem ganzen Körper und unter den Haaren seines Kopfs, auf das vollkommenste ist gereiniget, gewaschen und gebadet worden, und nachdem er seine beym Eintritte abgelegten, und vollkommen gereinigten Kleider wieder angelegt hat, — in die Gemeinschaft der Gesunden gebracht.

---

431. Auch die Masern stammen wahrscheinlich aus Afrika her und sie wurden vor ungefähr 12 hundert Jahren mit den Blattern nach Europa gebracht. Sie sind, wie Pest und Blattern kein nothwendiges Uebel; und man bekommt sie einzig und allein durch die Ansteckung. Sie sind eine sehr böse Krankheit, und tödten viele Menschen. Sie tödteten im Jahre 1751 in Berlin in 18 Wochen 523 Menschen.

Sollte man nicht auch die Masern verhüten und ausrotten können?

Ja; man kann die Masern auf eine ähnliche Art, und durch ähnliche Anstalten wie die Blattern, verhüten und ausrotten; und es ist die Pflicht der Menschen, es zu thun.

XXVII. Von der Ruhr.

432. Zu welcher Zeit herrscht oft die Ruhr?

Im Sommer, vorzüglich aber im Herbste.

433. Ist die Ruhr eine gefährliche Krankheit?

Ja; man kann an der Ruhr, besonders wenn sie verheimlicht, vernachlässigt oder unrecht behandelt wird, leicht sterben.

434. Kommt die Ruhr vom Obste?

Das Obst ist nicht die Ursache der Ruhr; zur Zeit aber, wann viele Menschen an Durchfällen und Ruhren krank sind, ist es schädlich, vieles, besonders unreifes, Obst mit und zwischen mancherley Speisen, bey Milch und Bier, oder unordentlich und unmäßig zu genießen.

435. Wie hütet man sich vor der Ruhr?

Wenn man sich recht vorsichtig vor Erhitzungen und Erkältungen, und vor Naßwerden hütet; den Unterleib und die Füße warm und trocken hält; wenig Obst ißt; frisches, schlechtes, trübes Bier meidet; und wenn man gute, milde Speisen ordentlich und mäßig genießt.

436. a) Was sollte man weiter beobachten?

Der frische, neue Roggen zum Brod sollte recht reif und trocken seyn, und man sollte das Brod aus neuem Roggen recht ausbacken, und weder frisch, noch warm essen; unreife Kartoffeln sollte man meiden; und das Gemüse und den Kohl, die oft von Honig- und Mehlthau und von Würmern verunreiniget sind, sollte man zum Essen sorgfältig reinigen und abwaschen.

436. b) Was sollten Kinder wegen des Obstes nicht thun?

Sie sollten nicht zu viel Obst genießen; und, was

auf dem Lande wohl oft geschieht, nicht barfuß und im Hemde des Morgens oder Abends im nassen Grase herumlaufen und das abgefallene, oft unreife, bethaute Obst essen; sonst können sie leicht die Ruhr bekommen und daran sterben.

437. a) Liegen bey der Ruhr Unreinigkeiten im Magen und in den Därmen zum Grunde, und sind Brech- und Abführungsmittel nützlich?

Nein, Unreinigkeiten liegen oft und gewöhnlich nicht zum Grunde; und schleimige, besänftigende, den Reitz in den Därmen mildernde, Krampf und Durchfall stillende und die Ausdünstung der Haut wiederherstellende Mittel sind gewöhnlich sehr nützlich. *)

*) Scharfe, salzige, reitzende, starkes Brechen und Laxieren erregende Mittel sind fast immer schädlich.

437. b) Die Ruhr hat vorzüglich in den untersten oder dicken Därmen ihren Sitz und erregt heftigen Stuhlzwang; wodurch kann man die Ruhr und den Stuhlzwang sehr lindern?

Durch täglich zwey bis drey lauwarme, besänftigende Klystiere *) kann man die Ruhr und den Stuhlzwang sehr lindern.

*) Klystiere aus einem halben Loth Mohnköpfen und einem Loth weißer Stärke mit Wasser gekocht, durchgeseiht, und unter die Brühe (12 Loth) ein Loth frischer, ungesalzener Butter, oder ein Eßlöffel voll frisches Lein- oder Baumöl gemischt, empfiehlt der Doctor Vogler. Kinder bekommen zum Klystier nur die Hälfte, oder ein Viertel. Die Klystier-Röhre muß nach ihrem Gebrauch gut gereiniget werden.

438. a) Welche Hausmittel sind bey der Ruhr sehr schädlich?

Hammelfett, Baumöl, warmer Semmel mit Butter, Pfeffer, Gewürze, Wein, Branntewein, und andere Hausmittel sind bey der Ruhr sehr schädlich und oft tödlich.

438. b) Wie sollten Ruhrkranke sich verhalten?

Sie sollten sich vor Erkältungen sehr hüten, Unterleib und Füße warm halten, milde Nahrung genießen, und alles Obstes sich enthalten.

439. Was sollte man, da die Ruhr zuweilen auch ansteckend ist, bey den Ruhrkranken beobachten?

Man sollte die größte Reinlichkeit beobachten; die Luft der Krankenstube immer frisch und rein, und mäßig warm erhalten; und den Abgang der Kranken sollte man sogleich aus der Stube wegschaffen, in ein tiefes Loch schütten, und mit Erde bedecken.

440. Sollte man bey der Ruhr einen Arzt brauchen?

Ja, man sollte die Hülfe eines Arztes suchen, und zwar gleich im ersten Anfange der Ruhr, wo sie gewöhnlich leicht und bald zu heilen ist.

XXVIII. Vom Verhalten nach Krankheiten.

441. Wie sollte man sich nach überstandnen Fiebern und schweren Krankheiten verhalten?

Man sollte sich sehr ordentlich und mäßig im Essen und Trinken halten; leichte, nahrhafte Speisen genießen; hitzige Getränke meiden; sich warm kleiden; sich nicht zu bald Wind und Wetter aussetzen; und man sollte die Ursachen, durch die man krank geworden ist, sorgfältig vermeiden, um nicht wieder aufs neue und oft gefährlicher, als das erstemahl, krank zu werden.

442. Darf man bald wieder an schwere Arbeit gehen?

Nein, man sollte sich von schweren Krankheiten erst recht wieder erholen, ehe man an die Arbeit geht.

XXIX. Von Kranken-Anstalten.

443. Liebe Kinder! obgleich Krankheiten und Leiden dem Menschen, — der nicht unbekannt mit ihnen ist und dabey bedenkt, daß auch er, wie jeder, ihnen ausgesetzt sey, — eine große Lehre der Menschlichkeit sind; so sind doch die Krankheiten ein großes Uebel für die Menschen und für die bürgerliche Gesellschaft. Wie könnten die Krankheiten vermindert werden?

Vorzüglich durch die folgenden Anstalten:

1. Wenn alle Menschen, besonders die Kinder, über die Beschaffenheit des menschlichen Körpers und über die Erhaltung der Gesundheit unterrichtet würden; und wenn dadurch jeder Mensch an seinem Theile für die Erhaltung und Verbesserung der Gesundheit thätig und besorgt wäre.

2. Wenn alle und jede Menschen, und die Regierungen der Völker sorgten, Krankheiten, und ganz vorzüglich ansteckende Krankheiten, zu verhüten.

3. Wenn man durch öffentliche Anstalten vielen jungen, in Schulen gut unterrichteten Menschen Gelegenheit gäbe, die Arzney-, Wundarzney- und Apotheker-Kunst wissenschaftlich und gründlich zu erlernen. Und

4. wenn alle Kranke die beste Wartung und Pflege und allen Beystand und alle Hülfe eines Arztes und Wundarztes erhielten.

444. Erhalten alle Kranke die nöthige Wartung und Hülfe?

Nein, die wenigsten Kranken erhalten sie.

445. Was sind die Ursachen, daß die wenigsten Kranken die nöthige Wartung und Hülfe erhalten?

Die Unwissenheit, die Vorurtheile, die Armuth und das mannigfaltige Elend so vieler Menschen; die schlechten, ungesunden Wohnungen; der Mangel an rei-

reiner Luft; die Unreinlichkeit; die schlechten, ungesunden Betten, und weil so viele Menschen oft zu arm sind, einen Arzt, oder Wundarzt und die Arzneyen zu bezahlen.

446. Ja, liebe Kinder, durch diese Umstände werden Krankheiten nicht allein sehr gefährlich und oft tödtlich und das größre Elend für den Kranken und seine arme, durch die Arbeit seiner Hände zu ernährenden, Familie; sondern sie werden oft auch ansteckend. Was sollten also die Menschen für das Wohl ihrer armen, kranken Brüder thun?

Sie sollten Krankenhäuser erbauen und dafür sorgen, daß arme, kranke Menschen entweder in diesen reinlichen Krankenhäusern, oder, was oft, nur nicht bey ansteckenden Krankheiten, besser ist, in ihren eigenen, reingehaltenen Wohnungen die beste Wartung und Pflege und alle Hülfe und allen Beystand eines verständigen, rechtschaffenen Arztes und Wundarztes, Arzneyen und Nahrung unentgeltlich, oder gegen sehr geringe Bezahlung erhielten.

447. Warum sollten das die Menschen thun?

Weil es ihre Pflicht ist.

448. Und welchen Nutzen würden diese Anstalten haben?

Durch diese Kranken-Anstalten würde das Elend der Menschen gar sehr vermindert, und ihre Wohlfahrt gar sehr vermehrt werden.

Von Vervollkommnung der Gesundheit.

Die Gesundheit der Menschen wird vollkommner werden: Wenn gesunde starke Menschen sich nur mit gesunden, starken Menschen ehelich verbinden, und ein neues Menschengeschlecht, voll

von

von Gesundheit und Stärke, zeugen werden. Von gesunden, starken Aeltern gezeugt zu seyn: ist der Hauptgrund und die erste, wichtigste und nothwendigste Haupterforderniß zu einer wahren, bis ins höchste Alter ausdaurenden, Gesundheit.

Wenn der Säugling und das Kindlein die Liebe und die Sorgfalt der verständigen, tugendhaften Mutter im höchsten Grade genießen; und wenn die Kinder männlichen und weiblichen Geschlechts, ohne Unterschied, in die einförmige, freye Kinder-Kleidung gekleidet, in Gesellschaft mit Kindern in freyer Luft, als selbstständige, mit freyem Willen und mit Rechten begabte Wesen, leben, und den Körper durch Bewegung und Uebung, die Vernunft durch Sinneserfahrungen bilden werden. Das ist die zweyte Haupterforderniß zu einer wahren, dauerhaften Gesundheit.

Und wenn der Körper nach dem eilften Jahre, oder nach vollendetem Abzahnen der Milch-Zähne, durch Leibesübungen und körperliche Spiele wird stark gemacht werden. Das ist die dritte Haupterforderniß.

Von den Zähnen des Menschen.

Die Zähne bestimmen durch ihre Zahl und ihre Stärke die Menge und die Festigkeit der Speisen, die Ernährung des Körpers, und zum Theil auch die Gesundheit und die Stärke des Menschen.

In der Kindheit und Jugend, bis zum männlichen Alter, geschehen die merkwürdigsten Veränderungen, sowohl in der Zahl, als in der Stärke der Zähne. Mit diesen Veränderungen der Zähne stehen in genauem Verhältnisse die vorzüglichsten Veränderungen und Entwickelungen der Kräfte im Menschen. Mit der Zahl und Stärke der Zähne sollte also die Erziehung des Menschen (die vernünftige Beförderung der Entwickelung der menschlichen Kräfte) genau übereinstimmen. Die Zähne könnten und sollten der Erziehung zum Merkmahle, oder Kennzeichen dienen.

Vom Anfange des siebenten, bis zum Ende des eilften Jahrs fallen die zwanzig Milch-Zähne des Kindes, nach und nach, aus, und sie werden von zwanzig Bleibenden-Zähnen ersetzt.

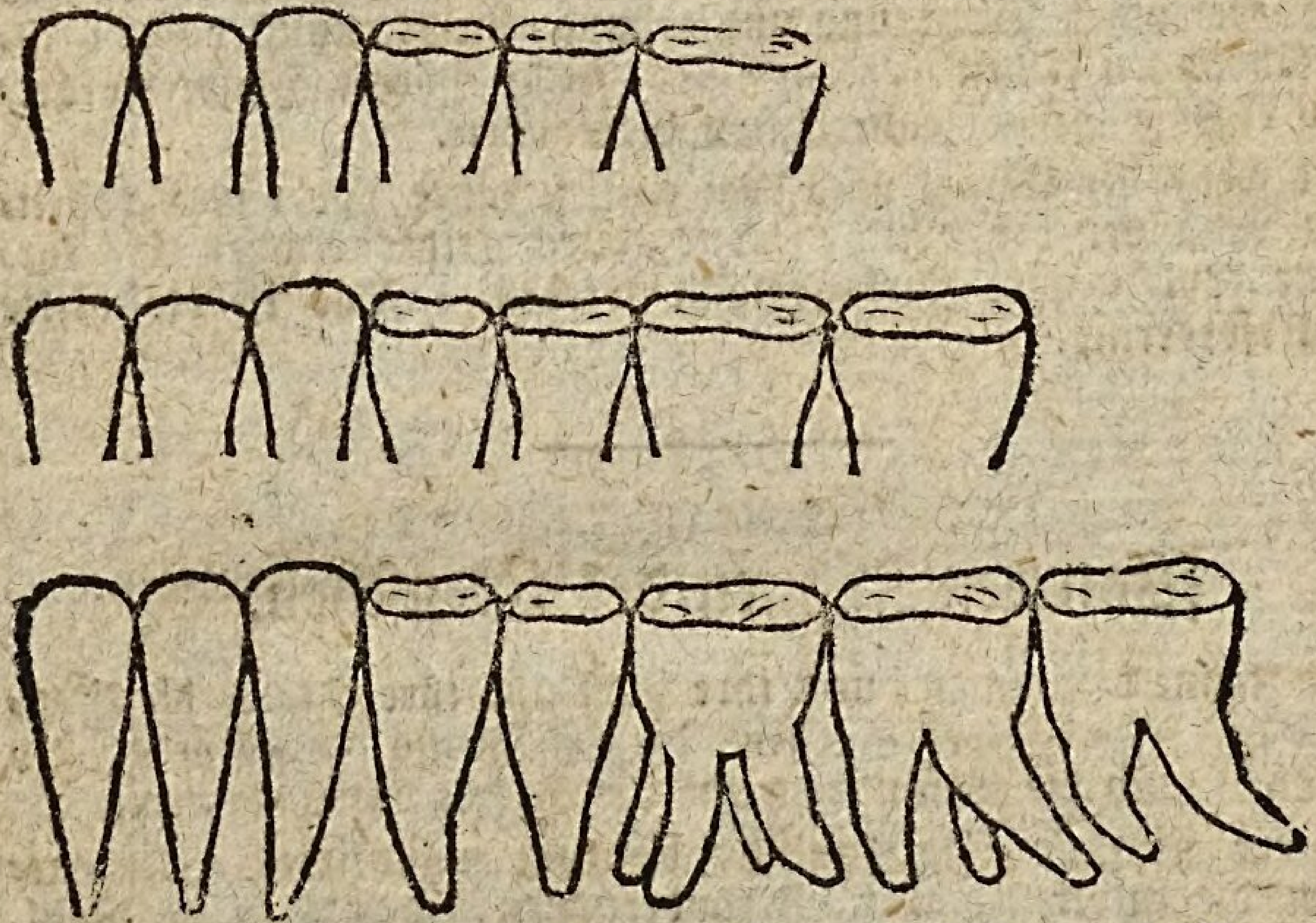
Im siebenten Jahre brechen die Bleibenden-Zähne VI, im sechszehnten oder achtzehnten die Bleibenden-Zähne VII, im ein, oder vier und zwanzigsten die Bleibenden-Zähne VIII, hervor.

Der Zahl nach sollten die Bleibenden-Zähne bis ins späteste Alter ausdauern. Nur die Kronen der Zähne reiben sich durch das Kauen nach und nach ab.

A. Milch-Zähne.

1 2 3 4 5

Jede dieser vier Zahnreihen stellt nach den verschiedenen Lebensaltern den 4ten Theil der Zähne vor. Nähmlich: jeder Zahn ist in jeder Zahnlade gepaart (z. B. 2 Eckzähne) also in beyden Zahnladen sind 2 Paar oder 4 gleiche Zähne, (z. B. 4 Eckzähne, 4 Zähne Nro. 3 oder III) vorhanden.



I II III IV V VI VII VIII

B. Bleibende-Zähne.

Die erste oder oberste Reihe sind die Milch-Zähne, die folgenden drey Reihen sind die Bleibenden-Zähne des Menschen.

Die 1te Reihe sind die Zähne des Kindes. 20 Milch-Zähne. (Entwickelung der körperlichen Kräfte, Sinnlichkeit, Unschuld.)

Die 2te des Knaben und des Mädchen. 24 Bleibende-Zähne. (Bildung der körperlichen Kräfte und des Verstandes, Unschuld.)

Die 3te des Jünglings und der Jungfrau. 28 Bleibende-Zähne. (Vervollkommnung des Körpers, Entwickelung des Geschlechts, der Vernunft und der Sittlichkeit.)

Die 4te des Mannes und des Weibes. 32 Bleibende-Zähne. (Vollkommner Körper, Arbeit, Fortpflanzung, Vernunft, Tugend, Religion.)

I (1), II (2), sind zwey Schneide-, III (3) Ein Eck- oder Augen-, und IV (4), V (5), VI, VII, VIII, Backen-Zähne, beym Manne fünf, beym Kinde zwey, auf jeder der vier Seiten.

Die

Die Ordnung und die Perioden des menschlichen Lebens.

I. Frucht. (von gesunden Aeltern gezeugt.)
II. Säugling.

Monat.	Milch-Zähne.	Bleibende Zähne.	1 I	2 II	3 III	4 IV	5 V	VI	VII	VIII	
10	4	—	4	—	—	—	—	—	—	—	III. Kindlein.
12	8	—	4	4	—	—	—	—	—	—	
16	12	—	4	4	—	4	—	—	—	—	
20	16	—	4	4	4	4	—	—	—	—	
im Jahr											
3	20	—	4	4	4	4	4	—	—	—	IV. Kind.
4	20	—	4	4	4	4	4	—	—	—	
5	20	—	4	4	4	4	4	—	—	—	
6	20	—	4	4	4	4	4	—	—	—	
7	18	IV	2	4	4	4	4	IV	—	—	
8	14	VIII	IV	2	4	4	4	IV	—	—	
9	10	XII	IV	IV	4	2	4	IV	—	—	
10	6	XVI	IV	IV	4	IV	2	IV	—	—	
11	2	XX	IV	IV	2	IV	IV	IV	—	—	
12 bis 16 od. 18	—	XXIV	IV	IV	IV	IV	IV	IV	—	—	V. Knabe oder Mädchen.
16 od. 18 bis 21 od. 24	—	XXVIII	IV	IV	IV	IV	IV	IV	IV	—	VI. Jüngling od. Jungfrau.
21 od. 24 bis 50 od. 60	—	XXXII	IV	IV	IV	IV	IV	IV	IV	IV	VII. Mann oder Weib. (Kinder.)

VIII. Greis. (Einschlafen im Kreise der Enkel.)

Man lese mein Buch: Die Perioden des menschlichen Lebens. Mit einem Kupfer. Berlin, bey J. F. Unger 1794.

In-

Inhalt.

I. Von der Gesundheit.

1.	Von der Gesundheit, ihrem Werthe und der Pflicht, sie zu erhalten	Seite 8
2.	Von der Lebensdauer und den Kennzeichen der Gesundheit	13
3.	Von der Beschaffenheit des menschlichen Körpers	16
4.	Von der Wartung und Pflege kleiner Kinder	18
	Vom Sprechen lernen	26
5.	Von der körperlichen Erziehung der Kinder	28
	Von der Kinderzucht	34
6.	Von der Kleidung der Kinder	38
7.	Von der Luft	46
8.	Von der Reinlichkeit, vom Waschen und Baden	49
9.	Von Nahrungsmitteln	55
10.	Von Getränken	62
11.	Vom Weine	64
12.	Vom Brannteweine	66
13.	Vom Tobacke	70
14.	Von der Bewegung und Ruhe	ebd.
15.	Vom Schlafen	73
16.	Von den Wohnungen der Menschen	76
17.	Von Erhitzungen und Erkältungen	78
18.	Von Erhaltung einzelner Theile des menschlichen Körpers	81
19.	Von der Schönheit und Vollkommenheit des menschlichen Körpers.	86

II. Von

Inhalt.

II. Von Krankheiten.

20. Von Krankheiten, Aerzten und Arzneyen . 89
21. Vom Verhalten in Krankheiten und Fiebern 95
22. Von allgemeinen und besondern Krankheiten 106
23. Von ansteckenden Krankheiten . . . 108
24. Von den Blattern oder Pocken . . . 112
25. Von den Masern 117
26. Von Ausrottung der Blattern und Masern ebd.
27. Von der Ruhr 132
28. Vom Verhalten nach Krankheiten . . 134
29. Von Kranken-Anstalten 135

Von Vervollkommnung der Gesundheit . . 136
Von den Zähnen des Menschen . . . 137
Die Ordnung und die Perioden des menschlichen Lebens 139

STAATSBIBLIOTHEK BAMBERG

Bayerische StaatsBibliothek
Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Gesundheits-Katechismus zum Gebrauche in den Schulen und beym häuslichen Unterrichte Mit 4 Holzschnitten

Leipzig 1800

Bamberg, Staatsbibliothek -- RB.Hyg.o.2-b
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11769289-5
VD18 12028797-001